Použitá literatúra

1) Mika K. : Fytoterapia pre lekárov. 2. vydanie,
Vyd. Osveta,Martin 1991

2) Kresánek J.,Krejča J. : Atlas liečivých rastlín a lesných plodov. 2.vydanie,
Vyd. Osveta, Martin 1982

3) Tomko J. a kol. : Farmakognózia, Učebnica pre farmaceutické fakulty.
Vyd. Osveta, Martin 1989

4) Balovic J.,Jahodář Z., Leifertová I.,Šlipek S. : Rostliny způsobující otravy a alergie.
Vyd. Aviceum Praha 1989

5) Diener H. :Drogenkunde,
Fachverlag, Leipzig 1954

6) Hlava B.,Starý F.,Pospíšil F. : Rastliny v kozmetike 2. vydanie,
Vyd. Príroda, Artia, Bratislava 1988

7) Zentrich I.A : Byliny v prevenci,
Vyd. Fontána Olomouc 1991

8) Weis R.F : Moderne Pflanzen – Heilkunde Kneip Verlag GmBH,
Bad Wörischhofen 1980

9) Fándly J. : Zelinkár,
Vyd. Osveta Martin 1990

10) Mathioli P.O : Herbář aneb bylinkář,
Vyd. B. Koči, Praha 1931

11) Mességué M.: Mon herbier de santé,
Opera mundi, Paris 1975 - samoizdatové vydanie
Môj herbár zdravia, 1987 - preklad Gašpar Fronc

12) Rojdák Z.: Páter František Ferda - Životní osudy, recepty, experimenty,
Vyd. Eminent, Praha 1994

STARÉ, DOBRÉ, VYSKÚŠANÉ

rady a návody na liečenie chorôb, zozbierané medzi ľuďom

Agáta Sedliačková

v podobe tepla, prúdiaceho do dlaní. Každým požehnaním jedla sa zvyšuje jeho energia - psychotronicky je to merateľné a citlivci to aj vidia.

Teplo možno cítiť tiež v dlaniach vtedy, ak držíme ruky asi 1 cm nad ktorýmkoľvek predmetom z pútnických miest, nad kamienkami, šiškami, vetvičkami, vodou, najmä však liečivými bylinkami. Tieto miesta požehnal Stvoriteľ k nášmu úžitku, sú však tiež obohatené o energiu z modlitieb pútnikov. Dobrá energia sála tiež z posvätených predmetov, oltárov, sakrálnych umeleckých predmetov, krížov, príveskov, obrazov i fotografií. Posvätená veci, nosené na tele, odrážajú negatívne žiarenie. Mali by ich preto nosiť najmä ľudia pracujúci pri počítačoch.

Energiu nám doplňuje však tiež dobrý a dostatočný spánok.

Energiu v podobe tepla však pociťujú najmä chorí ľudia veľmi oslabnutí, málokedy ju pocíti zdravý človek, ktorému energia nechýba.

Nakoniec to najdôležitejšie: Nečakajme, že budeme zdraví,keď budeme mať srdce plné nenávisti, závisti a nelásky. Keď nebudeme odpúšťať tým, čo nám ubližujú, a to bez prestania. Majme na pamäti slová z Otčenáša: Odpusť nám naše viny, ako i my odpúšťame... Bez odpúšťania nebude ani nám odpustené.

Nečakajme, že budeme zdraví,keď naše telo nebude v harmónii s dušou. Ak budeme vysielať negatívne, neláskavé, závistlivé a nenávisťou naplnené myšlienky alebo slová, otvárame si tým náš ochranný obal a práve týmto otvorom sa nám to všetko vráti, najmä ak toto vyšleme na človeka spravodlivého, ktorý žije, ako sa žiť má. Tito ľudia majú svojím žitím veľmi pevný a široký ochranný obal, od ktorého sa negatívny útok odrazí a vráti sa jeho tvorcovi. Treba vysielať vždy len láskavé myšlienky a bude sa nám vracať láska. Vrele doporučujem každému čitateľovi mojej príručky, aby si preštudoval knihu od Dr. Teodora Rosinského „Človek, bytie a umenie" alebo tiež knihy S.N. Lazareva „Diagnostika karmy" 1., 2., v ktorých sa píše, čo všetko spôsobujú naše negatívne myšlienky a činy nám a našim potomkom.

Aby sme žili v harmónii musíme venovať aj duši toľko, koľko dokážeme venovať telu. Lebo keď nie je dobrá duša, nebude dobré ani zdravie tela. Dajme si ruku na srdce, ako to robíme ? Telu dávame jedlo, teplo, pohodlie - a duši?

nech použijú prášok do pečiva Urobí im tú istú službu ako Jar alebo iný saponát, ale bez škodlivosti

No a ďalšia boľavá vec je nosenie šperkov bez pravidelného čistenia od žiarenia. Sem patrí aj nosenie kľúčov a iných kovov po vreckách. Toto ako magnet priťahuje žiarenie, ktoré telu škodí. Tieto kovy treba čistiť 1x do týždňa, chumáčikom vaty, namočeným do vody z pútnických miest. Táto voda dokáže kov od žiarenia očistiť. Každý predmet inou vatou a túto potom spáliť. Tiež sa to môže použiť na zrkadlá, položené pod lôžkom.

Sú ale kovy aj šperky, ktoré neškodia. Sú to šperky posvätené alebo šperky s pravým kameňom. Tieto žiarenie nepriťahujú, to znamená, že odrážajú a tým chránia. Mali by ich nosiť najmä ľudia, pracujúci pri počítačoch alebo na miestach, kde je veľa elektroniky. Ale nielen nosiť, ale aj ďakovať Bohu za ochranu. Pokúsim sa ešte vymenovať, ktoré šperky čomu škodia. Mám to toľkokrát preverené, že niet tu o čom diskutovať. Hodinky (každého druhu): hlava, dých. orgány, srdce, cievy, nervová sústava, chrbtica, štítna žľaza, prostata, ale spôsobujú tiež zmeny krvného tlaku. Všetky tieto orgány trpia nedostatkom energie. Náušnice: gynekolog. orgány a ľadviny. Retiazky: žalúdok, pankreas, žlčník.Prstene: psychika.

Tu by som veľmi rada upozornila na veľmi škodlivú módu nosenia viacerých náušníc, ba dokonca po celých okrajoch ucha poprepichovaných nitov, ako ozdôb. Títo ľudia iste nevedia, že v uchu sa nachádzajú akupunktúrne body pre celé telo a záleží len na tom, ktorý z týchto bodov prepichnú. Orgán, ktorý na tejto dráhe leží, je týmto nerozumným konaním neustále dráždený a môže to skončiť veľmi zle. Veľmi citlivé sú na to ľadviny Slezine zasa škodia niektoré syntetické farby. Sťažujú sa na to najmä krajčírky, pracujúce pri pásoch. Tie sú dlhšie vystavené žiareniu z týchto farieb.

Nakoniec uvediem sem jednu záhadu, ktorej neviem prísť na koreň. Pretože je to vec užitočná, napíšem ju. Stretla som raz človeka v dôchodkovom veku a tento človek mal ešte všetky zuby a všetky zdravé. Reku, po kom ste to podedili? Ale povedal mi, že sa to dá zariadiť. Na moju otázku ako, mi povedal túto príhodu: Cestoval som raz ešte veľmi mladý vo vlaku. Naproti mne sedel jeden vojak, ktorý kvílil od bolesti zubov. Nemohli sme mu pomôcť, pretože nikto zo spolucestujúcich nič proti bolesti pri sebe nemal. Keď to kvílenie nemalo konca, vtedy jedna stará žena, len tak akoby pre seba utrúsila:"Vidíš syn môj, keby si ty nerobil všetko naopak, dnes by ťa zuby neboleli." Rozboľaveného vojaka táto poznámka náramne rozčúlila a osopil sa na ňu:"A čo takého robím naopak, podľa Vás, mohli by ste mi to povedať?" A ona:"Nuž a prečo si ty ráno, keď sa umyješ, utieraš najprv tvár a nie ruky? Keby si to robil naopak, potom by ťa zuby neboleli." Poznámka sa nám zdala divná, predivná, ale ja osobne som si to vzal k srdcu. Od tých čias som si vedome, vždy veľmi poctivo utieral po rannom umytí ruky, prst po prste a až potom tvár. Toľko ten človek so zdravými zubami.Ja som sa toho tiež chytila a začala som si robiť takú súkromnú štatistiku. Na moje veľké prekvapenie, naozaj to tak bolo. Všetci ľudia, s ktorými som sa od tých čias stretla a mali zdravé zuby, toto takto praktizujú. Mala som dosť príležitostí si to overiť. Neviem, čím to je, ale je to tak. Nuž, a ako je známe, zubára sa snáď všetci bojíme a najmä naše deti, nuž čo keby sme ich to naučili. Treba začať hneď. Podľa mojej mienky, to bude asi akupresúrna masáž všetkých orgánov, lebo ako je iste známe, na rukách sa nachádzajú akupresúrne miesta pre ne. Lebo jedno je pravda, keď ideme uterákom najprv na tvár, rukám už potom veľkú pozornosť nevenujeme, lebo uterák ich už spolovice usuší. Keďže každý zub je na niektorý orgán energeticky napojený a my masážou tento orgán aktivizujeme pravidelne, energia mu zostane.

Ešte rada pre srdciarov: veľmi dôležité je ranné vstávanie. Nikdy nevstávať tak, že vyskočíme prudko z postele. Vždy po prebudení sa treba v posteli najprv popreťahovať, až potom sa posadiť a vstať. Presne tak, ako to robia zvieratá Pravdaže, ak ich pri tom nič nevyruší. Pri preťahovaní sa totiž natiahnu nielen svaly, ale aj cievy, a tým veľmi pomôžete srdcu rýchlejšie rozbehnúť krvný obeh, počas spánku spomalený.

Už spomenutému úniku či nedostatku energie u ľudí možno čeliť nasledovnými prostriedkami: Vrúcna, sústredená modlitba s roztiahnutými rukami nám umožní dokonca cítiť príliv energie

Úvod - poznámky a vysvetlivky k radám a návodom na liečenie

Text je upravený formálne podľa abecedného poradia rôznych zdravotných problémov s maximálnou snahou o spisovnú slovenčinu. Vzhľadom na svoj pôvod i podstatu, prevláda v ňom hovorová reč nad oficiálnou.

Často sa vyskytujúce termíny zápar, odvar, resp. čaj znamenajú nasledovné:

Bylinný *zápar* sa pripravuje vhodením príslušného množstva bylín do vody, privedenej do varu v neobitej smaltovanej alebo sklenej nádobe, okamžitým odstavením, prikrytím a lúhovaním cca 5 minút.

Bylinný *odvar* sa po predpísanom čase varenia v prikrytej nádobe tiež necháva odstáť cca 5 min., pokiaľ nie je predpísané ináč.

Bylinný *čaj* znamená v nasledovnom odvar s cca 2 minútovým varením a 5 min. lúhovaním

Ak sa výluh pripravuje na celodenné použitie (zväčša 3 x po 1 dl), nedopitý čaj sa odkladá vždy prikrytý, udržiava sa vlažný a mal by sa vypiť do 12 hodín.

Macerácia znamená dlhšie vylúhovanie bylín v predpísanej tekutine pri izbovej teplote, podľa predpisu.

Na obklady sa uprednostňuje konopná, resp. ľanová tkanina, najmä tkaná po domácky, pretože neobsahuje chemikálie, používané pri továrenskom spracovaní, najmä bavlny. Preto treba uchovávať takéto tkaniny, pokiaľ sme ich vlastníkmi.

Na rozdiel od slova masť, slovo sadlo označuje surový tuk vnútorný, v prípade bravčového (údeného) sadla myslí sa sadlo z vnútornej strany rebier.

Nasledujúce rady a návody na liečenie nechcú nahradiť návštevy u lekárov, ktorí by sa mali prví dostávať ku slovu. Avšak nie vždy sú dostupní v krátkom čase, najmä na vidieku. Tiež počas epidémií možno v čakárňach zbytočne ochorieť. Najmä však dlhodobé užívanie liekov, napr. na potláčanie bolesti, má spravidla za následok ťažké poškodenie organizmu.

Veľmi dôležité je však uvedomiť si nasledovné: **Človek s neodčinenými ťažkými previneniami, zlými úmyslami, s nevraživosťou voči blížnym, s negatívnym myslením, so zameraním len a len na pozemské hodnoty - najmä materiálne statky - nemôže očakávať uzdravenie svojho chorého fyzického tela natrvalo, aj keby čokoľvek užíval.**

Podrobnejšie pozri „Príhovor autorky" v závere tejto publikácie, str.52.

Pripomienky recenzentky

Liečiteľka zozbierala veľké množstvo domácich receptov na prírodné liečenie. Vložila do nich svoje skúsenosti, pri ktorých využívala často aj obkladovú liečbu, čo môže byť dobrým doplnkom lekárskej terapie. Sú tu recepty prevzalé zo skúseností starších liečilelov, zo starých herbárov a z ľudovej tradície. V niektorých prípadoch dnes už by sme tieto recepty nepoužili,lebo máme jednoduchšie, účinnejšie spôsoby liečby a v niektorých prípadoch aj bezpečnejšie. Tieto recepty sú označené ako prevzalé-historické. Pre čitateľa sú demonštráciou toho, akó možnosti mali ľudia v minulosti a ako sa usilovali pomôcť aj pri ťažkých a nevyliečiteľných chorobách, pri rôznych otravách, pohryznutiach, infekčných a zápalových ochoreniach, ktoré dnes liečime antibiotikami a inými silno účinnými liek mi. Mnohé liečivé rastliny dnes neužívame priamo, ale vo forme priemyselne upravených fytoprípravkov, lebo ich dávkovanie je takto presnešie a nedôjde k predávkovaniu. Mnohé recepty sú odskúšané a majú priaznivý účinok, či už samé, pri slabšom priebehu ochorenia, alebo ako doplnková liečba či na doliečenie choroby. Výsledok prírodnej liečby je niekedy prekvapujúci. V liečivej rastline sa nachádza vždy viac obsahových látok, ktoré sa svojím účinkom dopĺňujú a pôsobia komplexne na viac orgánov tela. Preto tá istá liečivá rastlina je uvedená na liečenie viacerých ochorení. Orgány v našom tele sú tiež navzájom prepojené, a je teda výhodné liečiť organizmus ako celok. Toto prepojenie niekedy našej modernej medicíne chýba. Dokonca, keď jeden orgán liečime, druhý tým istým liekom preťažujeme. V liečivých rastlinách je však tiež komplex prírodnej chémie a odporučené dávky je treba dodržiavať, aby bol výsledok optimálny a liečba priniesla úžitok. A konečne, liečivá rastlina, ako živý organizmus, vlastní aj svoju bioenergiu, ktorá pri prírodnej liečbe nie je zanedbateľná. Preto niektorí bylinkári - liečitelia odporúčajú užívať čerstvé rastliny a pri príprave čajov aj veľmi krátku dobu extrakcie (napr. M. Trebenová).Taktiež upozorňujú na to, že sušené rastliny strácajú za určitý čas túto svoju vitálnu energiu (asi za 18 mesiacov - páter Ferda), aj keď sú dobre skladované a po stránke obsahu účinných látok sú vyhovujúce. Sem patrí aj prírodná liečba homeopatická a liečba Bachovými kvetmi, kde chemicky laboratórne nedokážeme žiadne účinné obsahové látky.

v knihe uvádzam aj iný recept na zdvihnutie žalúdka. Myslím si, že niet trvalého vyliečenia vredu, bez uvedenia žalúdka na správne miesto.

Veľmi veľa lekárov liečiteľskú energiu má, ale o tom nevedia, čo je na škodu veci. Najmä v nemocniciach by to urobilo veľa, keby taký rozboľavený pacient nemusel podstúpiť bolestné vyšetrenia. Chyba by sa našla bez spôsobovania ďalších bolesti.

Bez psychotroniky si už neviem predstaviť liečenie. Ona mi pomohla odhaliť súvislosti, resp. príčiny ochorenia určitých orgánov. Bolesť sa totiž mnohokrát hlási na úplne inom mieste a človek ani netuší, že príčina je celkom inde. Najzradnejšie sú snáď ľadviny. Obyčajne nebolia, skôr bolia kríže, alebo sú problémy s ušami, alebo zubami, o kĺboch a krvnom tlaku ani nehovorím. Alebo ekzémy. Viac ako 90% pochádza zvnútra tela, t.j. sú neliečiteľné zvonku. Iba vtedy, keď je koža, najmä na rukách, poškodzovaná nejakou chemikáliou. Podľa mojich skúseností je to vždy dlhodobý nedostatok vitamínov A a E. Keď sa tieto doplnia, vyrážky sa najneskoršie za 5 týždňov stratia. Vitamíny treba začať brať až po liečbe žalúdka.

Som toho názoru, že nikdy by sa nemal liečiť len jeden orgán, ale celé telo, celý človek. V tomto našom tele je to dôkladne popreplelané a jeden orgán drží nad vodou orgán druhý, pre telo dôležitejší. Ja tomu hovorím, že tá skrytá príčina je ako klinec v topánke. Keď klinec urobí ranu, túto nedoliečime, kým je klinec v topánke. Po jeho odstránení sa rana mnoho ráz už sama zahojí. Nuž aj tu, keď zachytíme príčinu prvotnú, to ostatné už ustúpi.

Tomuto pozeraniu od hlavy po päty vďačím za mnoho. Objavili sa tak súvislosti, na ktoré by som nikdy nebola prišla. Napr. za zmienku stojí, že pri skleróze multiplex, vždy ako prvé vyskočí potreba liečiť štítnu žľazu, až potom nerv. sústavu. Neviem prečo, nie som lekár. Ale ako veľmi by mohlo byť veci na osoh, keby si toho všimol človek od medicíny. Jeho slovo by isto zaválilo viac ako moje. Veď čo už môžem ja, obyčajná žena, presadiť. Anatómiu som sa učila len súkromne na rôznych kurzoch. Ale veľa mi dali aj stretnutia na psychotronických seminároch. Tieto stretnutia mi dali aj medicínsky pohľad. Aj jeden od druhého sa učíme.

Mojou najväčšou túžbou bolo a je spolupráca s lekárom. Keď na niečo nového prídem, rada by som si to overila. Je mi ľúto, že nás niektorí pokladajú za šarlatánov. Podľa mňa je to jednoduché zistiť, kto len šarlatán naozaj je, a kto nie. Mnohokrát musím lekárov brániť pred rozhorčenými pacientmi, najmä keď chorý pacient je na geopatogénnej zóne. Vtedy je naozaj ťažko zistiť, kde je chyba. Orgán vyzerá ako vyzerať má, len je slabý. Neplní si svoje povinnosti. Pacient vtedy pochodí všetky možné vyšetrenia bez výsledku.

Napr. oslabne pankreas a cukrovka je na svete. Pretože tieto oslabnutia orgánov predchádza vždy nespavosť, a to dlhodobá, podľa tohoto by sa to dalo zbadať prv. Takéhoto pacienta nevylieči natrvalo nikto. Ani lekár, ani bylinkár. Ide tu o trvalý únik energie. Mnohí ľudia namietajú, prečo to voľakedy nebolo. No, lebo naše staré matere neumývali riad so saponátmi. Museli si zakúriť do šporáka a zohriať vody, tak umývať. Tiež nebolo škodlivých postrekov, kyslých dažďov. Teraz hovorím len o pretechnizovaných vodách. No a ešte k tomu geozóny. Pred tými treba ujsť na iné miesto spať. Hoci mne sa zdá, že keď pacient nemá, kam by šiel, trochu to stlmí aj na bielu bavlnenú látku alebo papier nakreslený kríž (20 x 20 cm by mali byť rozmery). štepárskym voskom ho natrieť od kraja do kraja. Na papieri nakreslený kríž otočiť smerom hore, a na látke dolu. Toto kladieme pod lôžko a keď sa nespavosť zase objaví, vymeníme to. Na prechemizované spodné vody, t.j na žiarenie z nich pomáha zrkadlo položené na podlahu lesklým nadol. Vydrží najviac týždeň. Potom sa musí vymeniť za iné a použité sa dá vyvetrať na balkón, opreté o stenu stojmo, lesklým von a po týždni zase vymeniť, vyvetrané pod posteľ, použité vetrať. A tak dookola. Vo veľmi veľa prípadoch nám to pomohlo pri detskom nočnom pomočovaní. Bez liečenia to prestalo po takomto zásahu. Dokonca i pri zajakávaní. Pravdaže, nie vždy tieto veci spôsobujú len zóny. Platí to iba vtedy, keď sa to nedá bežne liečiť.

Tiež našim gazdinkám chcem poradiť, že keď chcú ekologicky a pekne umyť najmä sklo,

Záverečný príhovor autorky

O ľudové liečiteľstvo som sa začala zaujímať po mojej ťažkej chorobe, ktorá by sa iste bola skončila smrťou, nebyť ľudového liečiteľstva. Napriek starostlivosti lekárov to išlo dolu vodou. Dostala ma z toho jedna stará žena, ktorá mala podivuhodnú metódu diagnostikovania. Pozerala človeku na nechty na rukách. Videla tam stav všetkých orgánov, dokonca i zakázané jedlo, ktoré človek nemal jesť, a jedol. Liečila bylinkami varenými vo víne. Dávka bola na dva týždne a pila sa po lyžiciach. Výhoda bola v tom, že človek sa tým mohol liečiť kdekoľvek a nemusel to denne variť.

Mala som vtedy iba 16 rokov, keď som smrti hľadela do očí takmer pol roka. Po mojom vyliečení všetko, čo voňalo liečiteľstvom a či medicínou, ma priťahovalo nedolateľne. Literatúry tohoto druhu v tých časoch nebolo. Obrátila som sa preto na každého, kto bol chorý a zapisovala som si, od čoho mu prešlo, nevediac a netušiac, že to raz budem potrebovať. Táto moja zberateľská činnosť trvala dobrých tridsať rokov, ba vlastne trvá až doteraz.

Pri zavádzaní týchto poznatkov do praxe som zistila, že pitie čajov je dosť zdĺhavé, preto sa mi zavidela radšej liečba lokálna, teda obkladová liečba zvonku. Pri tejto liečbe sa 1 obklad rovná pitiu čaju 1 týždeň. Teda 5 obkladov, t.j. 5 nocí by sa rovnalo pitiu čaju 5 týždňov. Myslím si, že tomu chorému nie je jedno, či si bude liečiť chorý orgán 5 nocí alebo 5 týždňov. Ale sú ľudia, ktorým je vhodnejšia liečba čajom, čo zisťujem testovaním.

Vrátim sa však ešte do minulosti. Uvedomujem si, aká som bola naivná, keď som chcela každý zapísaný recept vyskúšať najprv na svojej rodine. Keďže tých ochorení u nás veľa nebývalo, mnoho ráz dobrý recept čakal na svoje uplatnenie dlhý čas. Dnes viem, že tieto recepty boli až priveľmi vyskúšané ľuďom. Uvedomujem si, že nebyť mojej choroby, nikdy by ma to nebolo zaujímalo, lebo človek zdravý má celkom iné záujmy. Nemá asi pochopenie pre človeka chorého. Teda choroba je mnoho ráz len relatívne zlo.

Najlepším mojim učiteľom bola jedna pôrodná asistentka, ktorá mala riadne skúšky. Ovládala dobre anatómiu.

So všetkým sme za ňou chodili, z celého okolia. Ja som sa vždy ponúkla za sprievodcu, aby som videla, ako počúvaním, s uchom priloženým na holom tele alebo pohmatom, vedela presne, až zarážajúco presne určiť diagnózu. Mnohokrát sa to potvrdilo medicínsky, keď pacienta poslala na operáciu bez milosti. Táto žena mala také výborné liečebné postupy a metódy, že keď človek len trochu dbal, muselo to zabrať. Bola z Jalovca. Malá, nenápadná, skromná. Volala sa Kolianová a dožila sa 92 rokov. Keď som bola na jej pohrebe, mala som dojem, že pochovávajú štátnika, pre veľký počet prítomných. Zastavili sme premávku, toľko smútiacich išlo za jej truhlou. Myslela som vtedy, že mi navždy zapadlo slnko. Jej vďačím za veľa, jej recepty dodnes používam.

Neskôr som skupovala všetko, čo len trochu voňalo medicínou. Mám veľkú zbierku atlasov a výpiskov z nich, ale veľa aj z ľudového podania. Od každého niečo, Fándly, Krejča, Kresánek, Kafka, páter Ferda, Thurzová, Devisová, Mathiolli, Janko Dedík, Mességué. Najpozoruhodnejšie recepty má ten posledný autor, pôvodom Francúz. Tento liečiteľ lieči ešte dodnes choroby pomocou kúpeľov rúk a nôh. Veľmi rýchlo a dobre sa vyčistí pečeň od liekov, v odvare dubovej kôry si urobiť kúpeľ nôh. Obyčajne stačí 5 dní. Ale, čo je veľmi zaujímavé, pri ďalšom znečistení pečene, už tá pečeň nechce kúpeľ v odvare z dub. kôry, ale v zápare zo šalvie. A do tretice už chce zasa vodu z pútnických miest. Ale prečo ?

Mnohokrát som si overila, že každý človek je iný. Nemožno dať jednému to, čo druhému, aj keď je to na ten istý orgán. Napr. pri žalúdočných vredoch, ktoré tiež mimochodom sa najlepšie liečia cez kúpele rúk - dlaní, prejde aj 10 ľudí s vredom a ukáže sa, že každému je vhodná iná bylina. Pri žalúdočných vredoch a v praxi sa zabúda na to, že tieto sa skoro vždy vyskytujú pri hákovitých žalúdkoch, ľudovo padnutých, ktoré sú obyčajne prekyslené. (Pálieva záha.)

Bioterapeut to energiou uvedie na správne miesto a liečba vredu už potom môže začať. Ale

1. Angína

- teplý obklad na hrdlo zo semena ľanu, uvareného v sladkom mlieku na kašu.
- 3 polievkové lyžice kvetu bazy čiernej navlhčiť mliekom, chvíľu podusiť,vysypať do gázy a priložiť teplé na 3 hod. 2 - 3 dni po sebe. Navrch treba dať teplú šatku.
- tenké rezy slaninky namočiť do horúcej vody a priložiť ako obklad - opakovať 3 noci.
- pečené zemiaky rozotrieť s maslom - dať ako obklad. Zemiaky by nemali byť postrekované.
- 200 g cibule dusiť -poliať 2 lyžicami vody, pridať 4 malé lyžičky anízu, ešte 10 min. podusiť, dať do gázy, aby sa to nesypalo.Obklad na 2 hod. Teplé 1 x denne až do zlepšenia stavu.

Hrdlo chronický zápal
- kloktať záparom zo šalvie.Na 1/2 l vody 1 polievkovú lyžicu šalvie. Do záparu pridať med, príp. aj 1 polievkovú lyžicu pálenky. Doporučuje sa tiež žuvať semeno ľanu, upokojí sliznicu.

Hrdlo, keď v ňom škriabe
- kloktať odvarom z paliny pravej,1/2 l vody, 1 pol.lyžica čaju. 2 x denne.

Hrdlo - bolesti
- 1/2 l vriacej vody, 1/2 lyžičky papriky. Kloktať.

Hrdlo - zápal
- kloktať záparom zo šalvie a tymianu. Na 1/2 l vody 1 pol.lyžicu šalvie a 1 pol. lyžicu vňate tymianu.
- slané teplé obklady. Na 1 l vody 100 g soli.

Zápal mandlí
- nahrievať ovos trochu navlhčený alebo ovsené vločky - obklad. Keď vychladne, vymeniť. Po štvrtom obklade už ovos vymeniť. Overené.

Hnisavé mandle
- listy slivky vo víne, odvar držať v ústach a odvarom z výhonkov ostružiny varenej vo víne vyplachovať. Na 1/2 l vína 7 listov slivky, 2 min. variť. 5 x denne držať v ústach 1 min.

Zápaly ústnej dutiny
- kloktať záparom majoránky, kvetu bazy čiernej, šalvie lekárskej, tymianu.Na 1/2 l vody 1 pol. lyžicu majoránky, na 1/2 l vody 1 pol. lyžicu šalvie, na 1/2 l vody 2 pol. lyžice kvetu bazy čiernej, na 1/2 l vody l pol. lyžicu tymianu. Kloktať viackrát denne.

Zapálený čípok v hrdle
- slivkový list uvariť vo víne a tým vyplachovať ústa.Príprava: 8 slivkových listov variť s 1,5 dl bieleho vína.

2. Astma

- pri záchvate umývať hruď horúcim octom - historické.

Astmatický kašeľ
- suchý list podbeľový hodiť na žeravé uhlie - dym vdychovať. Prevzaté zo starých herbárov.

Astma (záduch)
- čaj z kvetov bazy čiernej piť, med a maslo jesť (ako doplnok terapie).

3. Biely výtok (ženský)

- piť čaj z alchemilky obyčajnej. 1 čajová lyžička na 2 dl vody 2 x denne.
- šalvia lekárska v červenom víne. Na 1 liter vína 2 pol. lyžice vylúhovať za studena 8 hod. Scediť a piť 3 x denne 1 dl pred jedlom. Čas podľa potreby. Piť asi 2 týždne.
- piť vo víne varený myší chvost. Na 1/2 l vína l pol. lyžicu myšieho chvosta, 2 min. variť, 2 pol. lyžice

2 x denne po jedle. Opakovať podľa potreby.

- 5 ... obklad na oblasť podbruška (maternicu), ľanové alebo konopné plátno, navlhčené čerešňovicou - pálenkou. Navrch suché.

- 1/2 l vína, 2 malé lyžičky rozmarínu. 2 min. variť. 2 pol.lyžice odvaru 2 x denne pred jedlom. Cca 5 dní.

4. Bledá tvár

- piť čaj z betóniky lekárskej a ním aj tvár potierať. Zápar: 1 čaj.lyžičku na 2 dl vody, 2 x denne.

5. Bodnutie hmyzom

- (ovad, osa, komár, včela), potrieť ihneď šťavou skorocelu alebo cibule, tiež octom. Vyskúšané.

6. Bodnutie osou do jazyka

- 1 lyžička navlhčenej soli - pomaly prehltávať.

7. Bolesti brucha a žalúdka (vetry)

- vypiť zápar z rumančeka kamilkového.

- biele víno varené s ďumbierom a rascou. Na 2 dl vína na hrot noža ďumbiera a tak isto rasce.

- na panvici zohriať ražné otruby, pokropiť octom a teplé priložiť v plátenom vrecku. Na celú noc.

- šálka mlieka, v ktorom sme 2 min. varili 2 lyžičky feniklu. Obklad z toho. Meniť po 10 min.

- nadúvanie zastaví aniz uvarený vo víne alebo vo vode. Piť, alebo z tohto odvaru obklad na žalúdok.

- vetry zastavené - strúčik cesnaku rozotrieť, zmiešať s mliekom, natrieť na chlieb a zjesť. Bolesti hneď prestanú.

8. Bolesti hlavy z tepla

- citrón rozrezať na polovičky a položiť ich na spánky na 2 hod.

- postaviť sa do studenej vody na 4 minúty.

9. Bolesti hlavy z prechladnutia

- obklad zo záparu z mäty piepornej. Na 4 dl vody 1 pol. lyžicu mäty piepornej. Priložiť na bolestivé miesto.

10. Bolesti hlavy pri prepracovaní

- vlažný obklad z tvarohu na čelo na 2 hod.

11. Bolesti hlavy zo slniečka

- (môžu byť spojené s nevoľnosťou a zvracaním) - na 2 hod. uložiť sa do zatienenej, vetranej miestnosti a na čelo a spánky dať obklad zo studeného tvarohu, zmiešaného s rozsekanou cibuľou. Vložiť do gázy. Po 15 min. vymeniť. Počet obkladov podľa potreby.

12. Bolesti v zadnej časti hlavy

- obklady z horúcej vody na bolestivé miesto.

13. Bolesť hlavy reumatická

- prikladať čerstvý, pomliaždený kelový list na čelo.

- obklad z bazového kvetu, namočeného do octu na 1 hod. Do gázy. Potom miesto namastiť.

14. Bolesti celej hlavy

- 15. min. máčať nohy v teplej vode.

- na 1 min. nohy tuho obviazať okolo členkov.

- namočiť štvormo zloženú látku do bielej pálenky a priložiť.

470. Žalúdok padnutý - dodatok k 459.

- pri padnutom žalúdku organizmus trpí stálym nedostatkom sodíka. Dôsledkom sú žalúdočné vredy (najmä u nervóznych), chudokrvnosť, odvápnenie kostí, znížený krvný tlak (merať bez hodiniek a kovov na tele!), temer všetky druhy alergií a kožných ochorení včítane psoriázy, straty pigmentu, celiakie - pre nedostatok vitamínov A + E. Ale aj iné choroby z nedostatku vitamínov, minerálov i stopových prvkov sú zapríčinené nedostatkom sodíka. Tieto prvky sa začínajú vstrebávať po 5 - 6 týždňoch od správneho umiestnenia žalúdka.

- príčiny padnutia žalúdka: dvíhanie i nosenie ťažkých bremien (aj pri športových výkonoch), pády, skoky a otrasy pri dlhšom behu. Prevencia: pred výkonom si treba stiahnuť brucho hneď pod pásom, aby nemohlo dôjsť k prepadu žalúdka.

- 4 noci po sebe vždy na noc priložiť si na žalúdok obklad z kysnutého cesta z ražnej múky, do ktorého sme tesne pred priložením pridali 1 pol. lyžicu rozomletých plodov borievky a 1 pol. lyžicu masti. Natrieť cesto na papier alebo látku na hrúbku prsta. Na celú noc. Na ďalší deň zarobíme nové cesto, ale nie už s kvasnicami, ale z kvásku z predošlého dňa. Ak nás pri tom trápi aj záha, treba vždy ráno po zložení obkladu vypiť aj 1 šálku dosť teplej vody. Tiež 4 dni. Vyrážka, ktorá sa môže objaviť, nie je na závadu. Čo bolo dnu, vyšlo navrch. Môže spôsobiť aj vracanie,ale to je čistenie. Toxíny vychádzajú von. Vyskúšané, výborné!

- jedávať sadlo, údené bravčové, kým sa nepolepší.

- známka padnutého žalúdku: pálenie záhy, nadúvanie, bolesti hlavy nad očami, striedavé hnačky so zápchou, niekedy nie je hnačka, ale chorý má stolicu vždy po každom najedení. Tieto príznaky sa nemusia nachádzať u každého, ale iba niektorý z nich. Tiež potiahnutý jazyk, zápach z úst, bolesť rúk od zápästia po lakte.

460. Žalúdok podráždený

- pri opakovanom zvracaní - 1/2 l vody, 1 pol. lyžica čakanky, 10 min. variť, potom zliať. Teplý obklad z toho, každých 10 min. Prikladať 1 - 2 hod.

461. Žalúdok preplnený - keď tlačí

- zjesť niekoľko kociek cukru a priložiť teplý obklad zo slanej vody.

462. Žalúdočné kŕče

- teplé obklady z ľanovej kaše alebo z ovsených vločiek. Každú hodinu piť 1 dl odvaru feniklu (10 ks) a medzi tým 10 kvapiek valeriánskej tinktúry na kocke cukru.

463. Žalúdok - vlasy v ňom

- jesť celé šípky.

464. Živé mäso v ranách

- posýpať mletým cukrom. Stane sa to vtedy, keď predĺžime kúpeľ v odvare repíka.

465. Železo z rany vytiahne

- koreň ľalie s bravčovým údeným sadlom variť a priložiť na 3 dni ako obklad.

466. Žlčníková kolika

- zápar z rumančeka s citrónovou šťavou, na 2 dl vody 1 malú lyžičku čaju, na to piť srvátku alebo studenú vodu. Sedacie kúpele:5 hrstí narezanej ovsenej slamy v 1 1/2 l vody variť 1/4 hod. 28 stup. kúpeľ 15 min.,

- teplý obklad z vody z niektorého pútnického miesta.

- teplý obklad zo sennej mrvy. Historické.

- teplý obklad z prostějovskej staroréžnej a vody 1:1 -zjesť 1 malú lyž. spráškovanej kože z vnútornej strany žalúdka hydiny a zapiť. Pri pitvaní hydiny sa koža dobre umyje, usuší a odloží. Vyskúšané!

467. Žlčníkové kamene

- čierna reďkovka postrúhaná na porcelánovom tanieriku, prikrytá porcelánovou šálkou. Jesť 3 x denne 1 malú lyžičku.

- šťavu z čiernej reďkovky, mrkvy alebo citróna. 1-2 lyžičky denne.

- zmes spráškovaných bylín, uvedených v recepte na prečistenie žlčníka a pankreasu (č. 245).

468. Žľazy na krku zdurené

- obklad z odvaru z dubovej kôry.Na 1/2 l vody 2 pol.lyžice kôry, 15 min. variť. Obklad cca 5 nocí.

469. Žľazy na krku zatvrdnuté

- uvarený koreň kostihoja, obklad na noc.

- držať v ústach teplý ocot, alebo dať do vína majoránku a piť /Zentrich/.

Hlava rozpálená

- rozdrvený cesnak alebo cibuľu zmiešať s octom a priložiť na chodidlá.

15. Bolesti močových ciest

Pri zápale

- 1/2 l ovsa alebo ovsených vločiek navlhčiť, zohriať, po zohriatí primiešať 1 pol. lyžicu rozdrvených borievok - vysypať do plátenného vrecka, priložiť na 3 hod. 1 x denne. Obklad opakovať podľa potreby + piť čaj z odvaru z celého maku. Na 3 dl vody 1 malá lyžička maku, 5 min. variť. Vypiť počas dňa po hltoch. Cca 2 týždne.

Pri bolesti z prechladnutia

- obklad z rozpráškovanej rasce, ktorou posypeme plátno, namočené do bieleho vína alebo octu. Toto ešte prekryjeme ďalším plátnom, aby to neprišlo na holé telo. 2 x denne na 4 hod., opakovať podľa potreby. Treba použiť vždy čisté plátno, aj novú rascu.

Bolesti močových ciest pri piesku

- čerstvý postrúhaný koreň paštrnáka s medom 1 x denne 1 pol. lyžicu po jedle v pomere l : l. Cca 2 týždne.

Bolesti spôsobené kameňom v močových cestách

- spáliť suchú betoniku lekársku a popol zmiešať s masťou zo slepačej polievky alebo bravčovou masťou. Teplé prikladať na celú noc podľa potreby.Prevzaté zo starých herbárov.

- zohriaty ovos (ovsené vločky) + 2 pol. lyžice drvených borievok - obklad. Podľa potreby.

- spráškovaný kvet rasce, 3 pol. lyžice + 6 pol. lyžíc glukopuru spolu zmiešať, dobre uzavrieť a užívať 1 x denne 1/2 káv. lyžičky, zapiť. Podľa potreby.

Kamene v močových cestách

- reďkovka čierna sa postrúha na jemnom strúhadle, dá sa na porcelánový tanierik, prikryje sa porcelánovou šálkou a z toho sa užíva 1 x denne 1 malá lyžička, každý druhý deň. Reďkovka rozpúšťa aj kamene v ľadvinách. Vyskúšané.

Uviaznutý kameň v močovej trubici

- rozvariť bôb s kozím alebo kravským mliekom na kašu, natrieť to na modré plátno a celé lono obložiť. Prevzaté.

Aby sa netvoril kameň

- semená pivonky lekárskej - 1 čajovú lyžičku rozdrvených semien na 2 dl vody, 5 min. povariť, 1 x denne večer, 2 -3 týždne.

- lieky na vyháňanie kameňov, najmä ľadvinových, sa nemôžu užívať každý deň, lebo pri vychádzaní piesku veľmi trpí sliznica močovodov. Tieto orgány treba nechať oddýchnuť - šetriť. Treba sa vždy poradiť s lekárom. Dôležité je zistiť vopred ich veľkosť.

16. Bolesti močového mechúra

- napariť sa nad praslíčkou: Príprava: 1,5 l vody a 4 hrste prasličky (8 pol. lyžíc).

17. Bolestivá menštruácia

- obklad zo zohriateho ľanového semena, nasucho v plátenom vrecúšku na podbruško.

- vypiť 3 x denne 1 dl čaju zo záparu z mäty piepornej alebo odvaru z nátržníka husieho /dávky zvyčajné/.

18. Bolesti po pôrode

- tíši priložený cínový tanier alebo pokrievka. Historické. (Fándly).

- bolesti pôrodné tíši a postieľku vypudzuje varené ľanové semeno a popol z dreva. Dať do vrecúška

a priložiť na päty. Historicko. Prevzaté. Semeno ľanu treba variť spolu s popolom. Postieľku vypudí kvet, vňať a byť nad hlika. Spáliť a napariť sa nad tým. Prevzaté.

- naparovanie nad majoránkou, na 1,5 l vody dať 2 lyžice majoránky.

19. Bolesti po protitetanovej injekcii

- celkový kúpeľ z odvaru z ovsenej slamy. Na l liter vody dať 200 g porezanej slamy. 5 min. variť, 10 min. vylúhovať a potom priliať do ostatnej vody. Pripraviť si 5 l. Kúpeľ trvá približne 15 minút.

20. Bolesti očí

- (keď sú slabé), umývať slanou vodou. Na 0,5 l vody pridať 5 g soli, 2 dni umývať a 2 dni prestávka. Takto pokračovať 1 mesiac.

21. Bolesti ucha

- nakvapkať do ucha pár kvapiek teplého olivového oleja alebo rozpusteného masla (nie horúceho), potom prikladať na ucho zohriaty chlieb. Chlieb treba po ochladnutí znova zohriať. Zohriať ho možno ako hrianku, ale nech je mäkký, nenechať ho uschnúť. Zastaví sa tým aj zápal stredného ucha. (Odskúšané).

- soľ do pálenky, do toho namočiť vatu a vložiť do ucha. Alebo nahriať jadierko z orecha nad sviečkou, zabaliť ho do vaty a vložiť do ucha. Zastaví sa zápal aj bolesť, najmä, keď sa to urobí hneď.

- (aj keď je zápal) - nakvapkať do ucha jánsky olej. Príprava: čerstvý kvet ľubovníka bodkovaného dať do pohára a zaliať olivovým olejom. Nechať stáť na slnku, kým olej sčervenie. Asi 10 dní. Môže sa to viackrát preliať na ďalší čerstvý kvet. Precediť cez gázu. Používa sa aj na popáleniny.

22. Bolesti zubov

- odvar z májových dubových listov, alebo odvar z nátržnika husieho držať v ústach. Príprava: na 1/2 l vody dať 2 lyžičky nátržnika alebo dubových listov.

- hlboko vdýchnuť, zadržať a potom prudko a rýchlo viackrát vydýchnuť.

23. Bolesti zubov z prechladnutia

- natierať zvonku borievkovým olejom. Príprava oleja: 10 drvených bobulí borievky nechať vylúhovať 30 dní v jedlom oleji. K tomu sa pridá 1 diel olivového oleja.

24. Bolesť zubov deravých

- namočiť kúsok vaty do hoffmanských kvapiek a vložiť do zubov. Potom návšteva u zubára.

25. Bolestivé rezanie zúbkov u detí

- dať deťom cmúľať kožku zo slaninky, na ktorej je ešte slaninka, alebo natierať líčka kozím maslom. Zo starých herbárov.

26. Bolesti zubov a ucha

- rozomletá rasca pokvapkaná vínom - prikladať teplé v gáze.

27. Bolestivé miesta a opuchy

- hrsť lúpaných pagaštanov pokrájať, zaliať rozriedeným liehom a nechať stáť 14 dní. Potierať výluhom.

28. Bradavice

- potrieť párkrát menštruačnou krvou. Určite sa stratia. Vyskúšané ! Výborné !

- denne natierať suchým mydlom, popraskajú a stratia sa.

- ocot zmiešať so soľou a tým potierať.

- natierať šťavou z jablka.

29. Bradavice na ženských prsníkoch

- natierať olejom zo semena majoránky zmiešaným s kozím alebo jelením lojom.

- čierne korenie s medom pomiešať a natierať. Prevzaté.

- v začiatkoch - obklad z kaše z ľanového semena, vareného v mlieku. Prevzaté zo starých herbárov.

448. Závrat odstráni

- ihneď studený kúpeľ nôh (3 min)

- prežúvať často rascu alebo koriander.

- doplniť si vitamín B 1.

- zdvihnúť spadnutý žalúdok (recept 459)

449. Zbieranina (hnisavá rana)

- rajčina + maslo + kvasnice, zmiešať - prikladať.V zime rajčinový pretlak. Overené.

450. Zlatá žila – hemoroidy

- teplý obklad z tvarohu. 1 x denne, na 1 hod.

- keď krváca - vata namočená do zriedenej citrónovej šťavy - vložiť do konečníka.

- čaj z myšieho chvosta, 2 týždne piť.Na 3 dl vody 1 malá lyžička čaju.Na 3 x vypiť po jedle cez deň.

451. Zuby budú zdravé

- variť rozmarín s octom alebo kyslým vínom a tým vyplachovať ústa.

- pri rannom umývaní si treba najprv utierať, a to dôkladne, každý prst zvlášť, najprv ruky, až potom tvár. Všetci ľudia, ktorí to tak robia, majú dobré zuby. Vyskúšané! Treba to od malička učiť deti, aby sa neskôr nemuseli báť zubára.

452. Zuby budú biele

- vydrhnúť ich práškom z prasličky roľnej, potom výplach úst propolisovou vodou (občas podľa potreby).

453. Zvracanie s hnačkou

- keď zaškodí jedlo, zjesť polievku s maslovou zápražkou. Zápražku zaliať vodou, pridať trochu rasce, osoliť, povariť.

454. Zvracanie časté počas ťarchavosti

- po každom jedle zjesť jablko alebo pomaranč. Ak nepomôže jedno, treba zjesť dve.

- raňajkovať v posteli.

455. Zvracanie zastaví

- čaj zo škorice alebo broskyňových listov. Na 3 dl vody, na hrot noža škorice. Na 3 dl vody 7 listov broskyne. Jednorázovo.

456. Žaba v ústach

- gázou namočenou v odvare z vŕbových listov a namočenou v mletom cukre - vytierať. Na 3 dl vody 1 pol.lyžicu listov. Vyplachovať citrónovou šťavou.

457. Žalúdok podchladený

- rozhorúčený človek, keď sa napije niečoho studeného,najmä bublinkového nápoja, zabarí si žalúdok, často z toho vzniká zápal a následne aj vred. Treba hneď za tým vypiť šálku rumančeka Vyskúšané!

458. Žalúdok zahlienený

- 1 pol.lyžicu postrúhaného chrenu dať do 1/2 l žitnej pálenky - jedna lyžica denne.

459. Žalúdok padnutý

- potiahnutý -hákovitý - med a maslo jesť a na noc prikladať mastný papier od masla.

436. Zápal mandlí
- nahrievať ovos trochu navlhčený alebo ovsené vločky - obklad.Keď vychladne,vymeniť. Po 4-tom obklade už ovos vymeniť. Overené.

437. Zápal hrdla
- slané teplé obklady. Na 1 l vody 100 g soli.

438. Zápal žalúdka a čriev
- listy broskyne namočené do horúcej vody - obklad. Na 1/2 l vody 10 listov.

439. Zápal priedušiek chronický
- do pol l vody namočiť 4 strúčiky cesnaku na 24 hodín. 3 dni túto vodu piť po hltoch.

440. Zápal žlčníka bez kameňa
- piť srvátku a majoránkový čaj. Na 4 dl vody 1 pol.lyžicu. Na 3 x to vypiť cez deň pred jedlom. Cca 2 týždne.

441. Zápal ľadvín
- odvar z prasličky piť, nátržník husí zaparený mliekom prikladať. Na 3 dl vody 1 malá lyžička prasličky, na 3 x vypiť po jedle cez deň. Na 3 pol. lyžice nátržníka 3 pol. lyžice horúceho mlieka na navlhčenie.

442. Zápal vaječníkov
- vínový obklad na konopnú alebo ľanovú handru, posypať ešte ďumblerom. Navrch suchý obklad. Vyťahuje to prekrvenie na povrch.Cca 5 nocí na podbruško.
- na chron. zápal z prechladnutia - obklad navlhčený čerešňovicou. Obidvoje vyskúšané!

443. Zápal žíl na nohe
- do 1 l vriacej vody dať hrsť soli a hrsť rumančeka - z toho dávať letné obklady.
- 5 dní na 2 hod. obklad z teplej srvátky. Vyskúšané!
- pri bolesti kŕčových žíl bez zápalu - obklad z čerstvého listu lopúcha - výborné!
- postrúhaný čerstvý zemiak na ľanové alebo konopné plátno, jemne posypať spráškovaným koreňom kostihoja lekárskeho, priložiť ako obklad na noc, na to suché uteráky. Opakovať do zlepšenia stavu. Vyskúšané!

444. Zápcha
- čaj z ľanového semena - telo priam omladne. Na 4 dl vody 1-3 malé lyžičky semena, 5 min. variť. Vypiť na 3 x pred jedlom cez deň.
- plody slezu nebadaného (pánbožkov chlebík) v mlieku varené - piť. Na 3 dl mlieka 1 malá lyžička slezu 1/2 min. variť, na 3 x cez deň vypiť po jedle. Opakovať podľa potreby.
- ráno a večer, pred jedlom zjesť za lyžicu hrozienok, vopred namočených a nabobtnaných vo vode.

445. Zastavenie močenia
- očistený a postrúhaný koreň chrenu na víne a masle podusený priložiť na mechúr a lono ako obklad na noc. Pomôže aj pri zastavení močenia, pri prechode kameňa.

446. Zastavenie močenia u detí
- cibuľu podusenú na masle priložiť na lono,alebo blanu, čo oddeľuje jednotlivé šupy na cibuli,priložiť na predkožku u chlapcov.

447. Záškrt
- Ako doplnok terapie - obklad z pomliaždenej cibule na hrdlo. Keď uschne, vymeniť.
- kloktať šťavou z cvikle, natrieť medom pijavý papier a priložiť na hrdlo. Prevzaté.

30. CUKROVka
- zist... si ju aj sami, keď dáme do moču kvasnice, kým je ešte teplý. Keď kvasnice pracujú, je tam cukor, ak ostane moč čistý,nie je tam cukor.
- 1 lyžica kôprového semena, nechať vylúhovať v 1 l slivovice, užívať denne 1 lyžicu.
- piť kávu z cigórie - psychotronicky vytestovať dávky.
- často jedávať banány.
- ťažká forma - čaj: nátržník husí alebo žerucha. Na 3 dl vody jedna kávová lyžička nátržníka, piť tri krát denne pred jedlom. Piť 3 týždne, každý druhý deň.
- pri cukrovke, ak je zistené, že bola spôsobená patogénnou zónou, piť zápar šalvie, vypiť to na tri-krát po jednom dl pred jedlom. Piť 3 týždne., každý druhý deň. Vyskúšané.

31. Červený nos
- vo vriacej vode rozpustiť trochu bieleho liadku /kamenca/ a tým nos umývať. Treba dať pozor, aby sa tekutina nedostala do nosa (nos upchať vatou). Po 5 - 10. minútach umývania, priložiť si z toho obklad.

32. Červené ruky
- zemiaky uvariť v šupke, olúpať, roztlačiť s trochou mlieka na kašu a týmto natierať ruky. Ako obklad na noc si dať rukavice

33. Červienka
- od ošípanej, pri práci s mäsom chorého zvieraťa. Poranenú časť tela treba máčať v odvare z repíka a octu. Na pol l vody dať 2 dl octu a 2 lyžice repíka. Kúpeľ trvá 4 minúty.
- uvariť listy rozmarínu - 1 lyžicu rozmarínu uvariť v 1/4 l mlieka a horúce vypiť.Pôsobí aj proti hnačke.

34. Čierny kašeľ
- každé 2 hodiny piť 1 lyžičku šťavy z čiernych ríbezlí v teplom čaji z kvetov bazy čiernej. Nesmie sa piť mlieko!
- silný odvar z materinej dúšky osladený medom. Na 3 dl vody 1 lyžica materinej dúšky. Piť po lyžiciach.
- obklady 18 - 20 stupňové na priedušky, obviazať ich teplou šatkou. Keď obklad uschne, treba to zopakovať.
- rybí tuk užívať, 1 lyžičku ráno a večer, cca 5 dní.
- cibuľa s cukrom, urobiť sirup za studena. Príprava: 100 g čerstvej cibule nakrájať nadrobno, pridať 3 lyžice vody a 3 lyžice cukru
- škrupiny zo 6tich orechov, zrno kukurice z polovičky šúľka, 1 cibuľu dať variť do 3/4 l vody. Nechať to vyvariť na polovicu, pridať med a maslo a po troche piť. Ako doplnok liečby.
- na doliečenie čierneho kašľa - 2 pol. lyžice semena slnečnice upražiť, rozomlieť, potom variť v l vody. Precedené, osladené medom alebo cukrom dať piť dieťaťu, koľko chce. Najlepšie večer pred spaním. Vek dieťaťa do 6 rokov.

35. Čierne vlasy
- sa udržia - umývať odvarom šalvie lekárskej. Nepomáha na vlasy už šedivé.

36. Čkanie
- vypiť vodu s citrónovou šťavou, alebo zadržať výdychnutie, kým sa napočíta do 50, alebo piť zápar z mäty piepornej.

37. Čistenie pleti

- umývať odvarom z myšieho chvosta (príprava ako na pitie).

38. Črevná tuberkulóza

- jedávať cesnak, semeno ľanu spráškované alebo odvar z neho. Pomáha zázračne!

- spráškovať semeno ľanu, zmiešať s glukopurom v pomere 1:2, užívať 1 lyžičku 1 krát denne, zapiť, cca 3 týždne.

39. Dávenie

- (zvracanie) vyvolá šupka z červenej reďkovky, rozomletá s octom a medom - zjesť.

40. Defekty staré na tele

- (nedobre zhojené rany) - odvar slivkových listov vo víne. Umývať! Príprava: na 0,5 l vína 7 slivkových listov.

41. Deťom po antibiotikách

- na vyčistenie organizmu. 7 dl vody, 1 lyžica dubovej kôry. 1/4 hod. variť. V tomto odvare kúpeľ nôh, 10 minútový. 1 krát denne, cca 3 dni.

42. Divé mäso na tele narastené

- alebo zarastený necht na nohe. Stane sa to po dlhotrvajúcom repíkovom kúpeli. Postihnuté miesto posypať mletým cukrom,do zmiznutia mäsa.

- Repík je určený na ťahanie hnisu, keď v rane nič nie je, kúpeľ sa nemá predlžovať, lebo repík vytiahne živé mäso.

- posypať suchým spráškovaným kamencom, alebo v pol l horúcej vody rozpustiť 1 lyžičku kamenca bieleho a máčať v nej postihnuté miesto 20 minút, za stáleho prilievania horúcej vody.

43. Dna

- obklady z medu alebo zo surovej kapusty, taktiež obklady zo surovej repy, podrvenej alebo varenej, na postihnuté miesto.

- natierať liehovým výluhom z vňate slezu nebadaného.

- 2 lyžice postrúhaného zeleru dať do 1/2 l vody uvariť do mäkka, pridať citrónovú šťavu a na 3 krát to vypiť cez deň, po jedle. Do zlepšenia stavu.

- obklad z čerstvého potlčeného listu skorocelu na postihnuté miesto na noc.

- prikladať vrecko ohriatej soli, po 10 násobnom použití soľ vymeniť. Do zlepšenia stavu.

- uvariť aj so šupkou domáce nechemizované zemiaky a do odvaru ponoriť ruky alebo nohy, podľa toho, čo bolí, na 15 minút a potom masírovať boľavé miesto. Osušiť, natrieť teplým olejom /môže byť aj slnečnicový/ a zaviazať. Môže byť aj 3 x denne, až do zlepšenia stavu.

- natierať olejom z ľubovníka (jánsky olej).

44. Dušnosť nervového pôvodu

- kúpeľ nôh, striedavo studená a horúca voda, 2-3 sekundy.

- koreň čakanky nosiť na prsiach. Môže byť čerstvý i sušený. Rozdrviť a dať do ľanového vrecka.Prevzaté.

45. Dvanástnikové vredy

- najskôr liečiť padnutý žalúdok, (môže sa dvíhať aj bioenergiou) a potom 14 dní piť ráno na lačno l lyžičku paliny pravej sparenej v 1/4 litra vody. Vylúhovať 6 minút.

46. Dych páchnúci od zubov

- žuť klinčeky (kvet klinčekový - korenie).

obklad.

424. Výtok z ucha

- nastriekať zápar z rumančeka. Na 3 dl vody 2 pol. lyžice rumančeka.

- príčinou môže byť výpadok ľadviny.

425. Vysoký tlak

- denne zjesť niekoľko bobúľ hlohu.

- nenosiť hodinky ani kľúče u seba.Priťahujú žiarenie (všetky kovy, okrem posvätených),ktoré potom oslabuje cievy. Oslabené cievy nepomáhajú srdcu dopraviť krv do periférnych častí tela a srdce potom musí zvýšiť tlak. Hodnoty tlaku sú iné, keď máme tieto kovy u seba, t.j. skresľujú meranie.

426. Záduch (astma)

- piť čaj z kvetov bazy čiernej, med a maslo jesť. Ako doplnok liečby.

427. Záha

- každé ráno na lačno piť cukrovú vodu. Opakovať podľa potreby.

- počas ťarchavosti - požuť trošku maku - vyskúšané!

428. Zachrípnutie

- 2-3 strúčiky cesnaku rozotrieme a podusíme na bravč. masti. Pred spaním zohriať a natierať nohy - chodidlá,potom oviazať.Na celú noc.

429. Zákal šedý

- obklad na viečka z kvetu ľalie,macerovanej 10 dní v 15 % alkohole. Predtým namastiť viečka masťou. Pozor na oči!

430. Zápal pľúc

- prevencia - 200 g cibule dusiť 10 min. Priložiť na 20 min. na dolné hroty pľúc.

- obklad z teplej srvátky alebo mlieka na 4 hod.

- teplé obklady z octovej vody na 2 hod.

431. Zápal pľúc zastaraný

- do každého jedla 1 lyžicu masla, zachovať neslanú diétu, nepaprikovať, nekysliť, neponáhľať sa (pichá v chrbte aj v prsiach).

432. Zápal prínosných dutín

- 1/2 l čistého liehu, v ktorom sa vylúhoval kúsok nastrúhaného chrenu - natierať.

433. Zápal lymfatických uzlín

- studené,mokré obklady a pokoj. Keď začne hnisať, obklad z ľanovej kaše.
- 5-6 nocí teplý obklad z vody z niektorého pútnického miesta. Ako doplnok liečby.

434. Zápal mozgových blán

- obklady z kyslého mlieka v preloženej handre.Vymeniť,keď sa mlieko zrazí na tvaroh. Vyskúšané!

- Výborné je tiež hlavu obložiť čerstvými listami z jelše. V zime sa môžu v prípade potreby vyhrabať spod snehu.

- obklady z rezov surovej kvaky (druh repy).

435. Zápal jazyka

- kúsky ľadu ako orech,jeden za druhým dávať na jazyk, alebo studený obklad na hrdlo a na to vlnenú šatku. Prevzaté.

- cesto z ražnej múky s medom - priložiť, keď uschne, meniť. Odskúšané.

- náplasť z uvareného ľanového semena s medom a olejom.

418. Vredy aj tie najhoršie

- vytlačená šťava z vnútornej kôry bazy čiernej s voskom a nesoleným maslom - obklad. Prevzaté zo starých herbárov.

- pokrájaný petržlen, uvarený vo vode s bravčovým údeným sadlom. Z vychladnutého obklad.

- cibuľa s figami, rozvarená - teplý obklad.

- jačmenná múka uvarená s figami.

419. Vred žalúdočný lieči

- zelená kôra z dreva bazy čiernej (pod hnedou) dusená na mlieku - obklad na noc + piť čaj z repíka. Na 3 dl vody 1 malá lyžička repíka, na 3 x to vypiť po 1 dl pred jedlom.

- jesť maslo s medom.

- obklad na žalúdok z odvaru semena ľanu.Na 3 dl vody 1 pol. lyžicu semena, 5 min. variť. Cca 10 nocí obklad. Pri tom jesť maslo s medom alebo postrúhané jablko a med. Toto všetko by pomohlo len na čas, keby sa nedal napraviť žalúdok,lebo vredy sa tvoria skoro vždy len v padnutom žalúdku.

- Recept podľa liečiteľky p. Minichovej z Kopernice: 1.týždeň, celé dni prikladať obklady z teplého bieleho vína, 2.týždeň, celé dni prikladať teplú ražnú múku v plátenom vrecku. 3.týždeň, celé dni prikladať teplú, postrúhanú a na masti udusenú kŕmnu repu. Vyskúšané!

- recept podľa liečiteľa Maurica Mességué, vyskúšaný. 1 krát denne kúpeľ rúk, 20 min., 11 dní v nasledovnom odvare: 4 pol. lyž. repíka, 4 pol. lyž. žihľavy, 2 pol. lyž. paliny pravej variť 2 min. v litri vody, 5 min. vyluhovať, scediť, ponoriť dlane. Zároveň s hore uvedeným prikladať na žalúdok 5 nocí obklad z odvaru repíka (u nervóznych ľudí zo žihľavy). Na 4 dl vody 4 pol. lyž. byliny,2 min. variť, 5 min. lúhovať. Handra konopná alebo ľanová, navrch suché. Denne čerstvé odvary na kúpele i obklad. Táto procedúra sa však má robiť až po umiestnení žalúdka do správnej polohy, a to buď podľa receptu č. 459 alebo pomocou energie.

420. Vredy na nohách

- kapustný list uvarený vo víne,odvarom umývať a teplý list prikladať.

421. Vykĺbený úd

- sušený alebo čerstvý repík uvarený s otrubami vo víne -teplý obklad.Na 7 dl vína 2 hrste repíka, 2 hrste otrúb, 4 min. variť, použiť jednorázovo na celú noc ako obklad.

- rozomleté jadrá vlašských orechov /5 ks/ zmiešané s medom a čerstvou rutou. Medu 2 pol. lyžice a ruty 2 hrste. Obklad na pol hodiny.U alergických osôb môže čerstvá vňať ruty poškodiť pokožku.

422. Vyrážky po prechladnutí

- do trojhviezdičkového koňaku (šloku) namočíme zemežlč, každý deň piť z toho 2 malé lyžičky. Na 1/2 l šloku 2 pol.lyžice zemežlče.

423. Výtok dlhotrvajúci

- piť vo víne varený myší chvost. Na 1/2 l vína 1 pol. lyžicu myšieho chvosta, 2 min. variť, 2 pol. lyžice 2 x denne po jedle. Opakovať podľa potreby.

- 5-6 nocí obklad na oblasť maternice, ľanové alebo konopné plátno, navlhčené čerešňovicou - pálenkou. Navrch suché.

- 1/2 l vína, 2 malé lyžičky rozmarínu, 2 min. variť. 2 pol. lyžice odvaru 2 x denne pred jedlom. Cca 5 dní.

- 6-7 dní, len na 3 hodiny obklad na podbruško plátno navlhčené propolisom. Navrch suchý

47. DYCH páchnúci od žalúdka

- je to obyčajne pri padnutom žalúdku

- zápar z mäty, zemežlče, (do zlepšenia) alebo čerstvá vňať paliny pravej na chlebe s maslom (iba 2 týždne).

48. Dych ťažký od hlienov

- odvar z veroniky lekárskej piť 3 krát denne pred jedlom. Príprava: 3 dl vody, 1 lyžička veroniky, 2 minúty variť a 4 minúty vylúhovať.Piť po 1 dl. Dĺžka užívania podľa potreby.

49. Ďasná zapálené a choré zuby

- vyplachovať odvarom šalvie lekárskej. Príprava: 1/2 litra vody, 1 lyžica šalvie, variť 2 minúty.

50. Ekzém mokvajúci

- zasýpať fazuľovou alebo hrachovou múkou a doplniť stravu vitamínmi A, E. Jedlá s obsahom vitamínu A treba jesť denne, jedlá s obsahom vitamínu E len každý 4-5 deň. Vitamíny dopĺňať 5 týždňov.

51. Ekzém hnisavý

- roztopiť maslo, vyliať ho do veľmi studenej vody, aby rýchlo stuhlo, vybrať ho a tým mastiť. K tomu umývať postihnuté miesta čajom zo slezu nebadaného, na 1/2 l vody 1 lyžica slezu, spariť, nechať stáť 10 minút.

52. Ekzém s vodnatými pľuzgierikmi

- umývať odvarom z dubovej kôry. 1/2 litra vody + 1 lyžica kôry, variť 1/4 hodinu. Umývať viackrát denne.

53. Ekzém - kožná pleseň

- vodný roztok kamenca bieleho - kúpele. 1 polievková lyžica na 5 l vody.

54. Ekzém suchý

- doplniť stravu vitamínom A, E (pozri recept na ekzém mokvajúci). Umývať domácim sladkým mliekom alebo domácou sladkou smotanou.

55. Ekzém svrbiaci

- dať do úst kocku cukru, rozmiešať ju so slinami a tým natierať.

- zasýpať práškom z kvetov rumančeka.

- umývať rozriedeným odvarom z dubovej kôry, potom potierať sladkou smotanou a posypať hrachovou múkou (smotana = A vitamín, hrach = E vitamín).

- natierať bravčovou masťou pomiešanou s práškovým cukrom. Prevzaté.

56. Epilepsia

- chrenový list veľkosti chodidla opačnou stranou priložiť na chodidlo, list namastiť maslom. Okrem toho priložíme ešte 2 ks listov nenamastených. Opakovať 3 večery za sebou.(Historické)

- olej z borovicového dreva natierať na chrbticu a piť čaj z alchemilky obyčajnej. Príprava: Na 3 dl vody 1 lyžička čaju,spariť, vypiť na trikrát pred jedlom.

57. Hadie pohryznutie

- obklad z čerstvej vňate betoniky lekárskej + piť vo víne suchú práškovú vňať, na 2 dl vína na hrot noža prášku (historické).

- čerstvé listy z jaseňa - obklad.

- prikladať cesnak.

- priložiť rozomletú čerstvú reďkovku s medom.

- priložiť rozdrvené horčičné semeno s octom.

58. Hemoroidy

- keď je hrubé črevo boľavé alebo vytlačené von - najskôr upraviť stolicu pomocou vitamínu B 1 v potrave alebo užívaním vlákniny .
- 1 lyžičku celého surového ľanového semena zmiešať s jogurtom alebo iným jedlom a jesť denne, kým stolica nebude pravidelná a mäkká. Na stiahnutie hemoroidov treba 4-5 dni ráno na lačno zjesť 1 lyžicu masla rozpusteného (nie škvariť) s 1 lyžicou medu. Raňajkovať až o 1 hodinu. Výborné, vyskúšané!
- teplý obklad z tvarohu. 1 x denne na 1 hodinu.
- zlatá žila,keď krváca - vata namočená do zriedenej citr. šťavy - vložiť do konečníka.
- čaj z myšieho chvosta,2 týždne piť. Na 3 dl vody1 malá lyžička čaju.Na 3 x vypiť po jedle cez deň.
- keď vychádza konečník - večer robiť sedací kúpeľ v odvare z dubovej kôry.1 l vody, 1pol. lyžica kôry 1/4 hod. variť, 10 minút kúpeľ.
- boľavý konečník mastiť bravčovou masťou, zmiešanou s mletým cukrom.
- hemoroidy, keď krvácajú - posypať práškovanou suchou živicou z borovice.Piť čaj zo záparu myšieho chvosta, 1 dl 3 x denne po jedle. Prevzaté zo starých herbárov.
- alpou umyť, maslom natrieť.
- keď bolia - zmiešať ľanový olej s čistým liehom alebo s voňavkou a natierať. Hojí aj zapareninu.
- obklad z uvarených listov póru (nie odvar).
- hemoroidové uzliky, keď bolia - priložiť kúsok pečenej cibule na boľavé miesto.

59. Hlas stratený

- vracia šťava z čerstvého kapustného listu, alebo sa môže aj žuvať.

60. Hlasivky (zachrípnutosť)

- šepot chronický, spôsobený vdychovaním farieb a náterov- 5 dní po sebe inhalovať: v pol litri vody 10 minút variť 10 roztlačených strúčkov cesnaku. Inhalovať 2 krát denne. Vždy pripraviť čerstvý odvar! (Liečiteľ páter Ferda).
- 2 - 3 strúčiky cesnaku rozotrieme a podusíme na bravčovej masti. Pred spaním zohriať a natierať nohy - chodidlá, potom obviazať na celú noc.

61. Hlieny v dýchacej trubici

- rozpúšťa horúca cukrová voda so surovým žĺtkom, piť.

62. Hlisty drobné

- v 1/2 litra vody variť 2 lyžice maku 8 minút,potom do odvaru namočiť plátno, obklad priložiť na brucho na celú noc. Prikryť suchým. Opakovať po 3 noci. Odvar vždy čerstvý.

63. Hlisty aj škrkavky

- čerstvé listy z broskyne, potlčené, priložiť na brucho na noc.Nakrájať čerstvú cibuľu, namočiť na noc do pitnej vody a na druhý deň piť. (Prevzaté zo starých herbárov)
- uvariť kŕmnu repu, postrúhať a priložiť na brucho teplé ako obklad. Približne 3 noci.
- chorého najskôr okúpať v odvare z listov orecha (1 liter vody a 5 celých listov orecha čerstvých alebo suchých, 4 minúty variť,10 minút vylúhovať). Vyliať do kúpeľa, kúpať 10 minút, potom celé telo natrieť riedkym cestom z hladkej múky, do ktorého sme pridali 1 strúčik rozotretého cesnaku a trochu octu, nechať pôsobiť, kým nevidieť vychádzať hlisty cez póry prieduchov v pokožke, v podobe malých hrbolčekov. Potom zotrieť froté rukavicou a umyť. Vyskúšané!

64.Hluchota

-.uvariť hrach a paru z neho púšťať do ucha lievikom, na ktorý sme nasadili gumennú hadičku.

406. Vlka na konečníku lieči (zaparenina konečníka)

- na prach rozdrvená kôra z borovice - sosny. Môže sa pridať aj kadidlo Prevzaté zo starých herbárov.

407. Voda v kolene

- obklady z tvarohu teplé na 2 hodiny, podľa potreby opakovať.

408. Vodnatieľka

- postrúhaná červená reďkovka -priložiť na brucho. Opakovať podľa potreby asi 1 týždeň. Historické. Prevzaté zo starých herbárov.

409. Vodnatieľka v začiatkoch

- koreň chabzdy vo víne varený. Na 1/2 l vína 1 pol.lyžicu koreňa, variť 15 min. Obklad na brucho 5 nocí.
- rovnaké množstvo túžobníka brestového a bobkového listu spáliť, potom to uvariť vo víne a priložiť z toho náplasť. Prevzaté.
- ruta s figami vo víne varená (1/2 l). Treba to uvariť na husto. 3 pol. lyžice ruty, 7 ks figy, variť to 15 min. - obklad.

410. Vodnatieľka brušná

- 3-4 krát denne trieť telo olivovým olejom. Po tomto nastane močenie a chorému sa uľaví.
- 2 dni v týždni (na lôžku) jesť obielené, prezreté hrušky maslovky. Denná dávka 1.5 kg v 6-tich porciách. Výsledok je prekvapujúci, ale pozor, pacient nesmie mať cukrovku.

411. Vodu z tela ťahá (odvodnenie)

- jačmenný šrot zohriať na masti, vložiť do pláteného vrecka a prikladať po 4 noci na postihnuté miesto. Zohriaty šrot vodu z tela vytiahne. Vyskúšané!

412. Vole (struma), kým je ešte malé

- dlhodobejšia masáž olivovým alebo mandľovým olejom.
- natierať rozpusteným zajačím sadlom.
- za hrsť dubovej kôry variť v litri vody 1/2 hod. Do odvaru namočiť šatku, dobre vyžmýkať a priložiť. Každé 2-3 hod. meniť.

413. Vráskam predchádzať

- najmä v mladosti si dať pozor, aby sme nevraštili čelo. Mnohé z vrások sú mimické, pochádzajúce od vraštenia čela. Pokojné a pozitívne myslenie je súčasťou liečby.

414. Vrásky na tvári

- 2 x denne umývať rozmarinovým čajom. Na 1/2 l vody 2 lyžice rozmarínu.
- 2 x denne umývať čajom z kvetu bazy. Na 1/2 l vody 1 pol.lyžicu čaju.
- do oboch čajov je treba pridať citrónovú šťavu.
- 4 lyžice vaječného bielka + 4 lyžice pálenky natrieť na plátno a priložiť.
- umývať sa domácim mliekom, najmä kozím. Obsahuje vitamín A.

415. Vred všeobecne

- uvarený kapustný list pomiešaný s medom prikladať.

416. Vred starý uvoľní

- utlčený čerstvý list šalvie lekárskej - prikladať.

417. Vred otvorí

- priložiť potlčené čerstvé listy ľanu (vňať). Prevzaté.

392. Trojklaný nerv

- bolesti - 1:2 slivovica a rybí olej, poliať tým ľanovú alebo konopnú handričku a priložiť. Dať na to igelit. Podľa potreby opakovať.
- 7 dl pohár sa naplní mladými výhonkami zo smreku, pridá sa 1/2 dl bieleho vína a 1 malá lyžička soli a obsah sa zaleje doplna alpou. Dobre uzavrieť a nechať 3 týždne vylúhovať - na migrénu, bolesti zubov,ischias a trojkaný nerv -aj natierať,aj obklad.

393. Údy skrivené aj zlomené

- palinu pravú, tlčenú čerstvú vňať zmiešať s medom, trochou rozdrvenej rasce a dobrým vínom - náplasť. Priložiť na postihnuté miesto.
- uvariť nahusto majoránku vo víne. Na 1/2 l vína 4 pol.lyžice majoránky, náplasť.

394. Uhry mäkčí

- pred spaním si natrieť na ne kašičku z pšeničnej múky, na druhý deň umyť vlažnou vodou a opatrne vytlačiť.

395. Ucho, keď v ňom pichá

- 20 g cesnaku jemne pokrájaného a 50 g olivového oleja sa trochu povarí, precedí cez plátno - teplé kvapkať do ucha a uzavrieť vatou.

396. Upchatie ciev

- obklady z čerstvého pomliaždeného listu podbeľa. Keď uschne, vymeniť. Podľa potreby opakovať.

397. Uštipnutie hadom

- prikladať čerstvé listy ľalie bielej. Historické. Prevzaté zo starých herbárov.

398. Uštipnutie osou, včelou

- rozmliaždená jahoda, broskyňa, med alebo rozmliaždený list skorocelu priložiť na postihnuté miesto.

399. Únava očí

- od zvárania, pozeranie televízora,práca pri počítači - obklad zo sladkého mlieka.

400.Úsad (ischias)

- kyslú kapustu zmiešať so starým údeným bravčovým sadlom - obklad.
- obklad z vody s octom, prikladať horúce, meniť každých 10 min.

401. Úpal (z tepla)

- na čelo priložiť vlažný tvaroh. Na 1 hod.

402. Vetry zastavené

- strúčik cesnaku rozotrieť,zmiešať s mliekom, natrieť na chlieb a zjesť. Bolesti ihneď prestanú.

403. Vlasy,aby nepadali a dobre rástli

- 3 menšie cibule na jemno pokrájať, dať do fľaše, zaliať pálenkou a na niekoľko dní dať na teplé miesto.Potom precediť, zmiešať s rovnakým množstvom repíkového odvaru. Na 3 dl vody 1 pol. lyžicu repíka. Týmto máčať hlavu viackrát za deň, hlavne na noc.Aj niekoľko týždňov.
- natierať hlavu odvarom z lipového kvetu. Na 1/2 l vody 3 pol. lyžice čaju.
- spálené orechové škrupiny rozdrviť na prach,zmiešať s vínom a octom - vtierať. Prevzaté.

404. Vlasy kučeravé narastú

- kopičko kráľovské - na 6 dl vody 5 pol. lyžíc byliny 1 x denne natierať.

405. Vlasy mastné

- umývať odvarom z rumančeka.Na 1 l vody 4 pol. lyžice.

niekoľko dní za sebou. Hrach dať do nádoby s úzkym hrdlom, aby sa dal na ňu priložiť lievik (prevzaté).

- odvar z kapusty kvapkať do ucha (prevzaté).
- 2 kvapky oleja z kvetu divozelu nakvapkať do ucha 2 - 3 krát denne, tíši bolesť a lieči hluchotu.
- keď sa z ucha nevylučuje mazivo - 1 lyžička olivového oleja, 2 lyžičky glycerínu, zmiešať,1 x denne pierkom pomastiť ucho. Predtým musí byť dobre umyté a do sucha utreté.
- 1 dl olivového oleja variť s 1 strúčikom rozotretého cesnaku 2 minúty, keď vychladne, precediť, vpustiť do ucha pár kvapiek a upchať vatou.
- večer pred spaním vpustiť do ucha pár kvapiek oleja z kvetu divozelu.
- dať si preliečiť ľadvinu.

65. Hľuzy tvrdé (nezhubne zatvrdnuté miesta)

- čerstvý koreň ľalie bielej rozotrieť, pridať semeno ľanu rozomleté, ešte pridať slepačie sadlo - obklad na postihnuté miesta.

66. Hmla pred očami

- nakvapkať odvar z paliny pravej do kútikov očí, na noc.
- oči umývať odvarom z očianky Rostkovovej. Na 2 dl vody, 1 pol. lyžica očianky. Umývať 3 x denne.

67. Hnačka (podráždené hrubé črevo)

- Užíva sa vtedy, keď sú črevá na všetko veľmi citlivé: Pripraví sa maslová polievka, ktorá vytvorí ochranný obal na črevá. 6 dkg masla + hl. múka, z toho urobiť zápražku bledú, zaliať 1/2 l vody, trochu rasce, soli, nechať povariť a zjesť. Môže sa užívať denne pri chronickej hnačke, vždy ako prvé jedlo. Vyskúšané!
- bolestivá - 1 polievkovú rovnú lyžicu drvenej rasce upražíme do svetlohneda, pridáme 1/2 l vody, povaríme 15 minút.Vypiť počas dňa po hltoch.
- l šálka vareného červeného vína + na hrot noža škorice a cukor, najlepšie vypiť večer. Do zlepšenia stavu.
- 2 dl červeného vína + 3 celé dubové listy, 2 minúty variť, vypiť naraz.
- 5 minút máčať nohy v odvare z ľubovníka bodkovaného. Na 1/2 l vody 2 polievkové lyžice ľubovníka.
- silná - odvar z pastierskej kapsičky v červenom víne. Na 3 dl vína 1 polievkovú lyžicu kapsičky, variť 1 minútu. Piť po hltoch celý deň.
- Do 1/4 l dobrej ražnej pálenky alebo do slivovice vysypať hrsť čučoriedok. Nechať vylúhovať v teple 10 dní. 10 - 12 kvapiek na cukor alebo 1 káv. lyžičku do teplej vody, užiť. Môže sa použiť aj po 1 dňovom vylúhovaní.
- pri katare hrubého čreva jesť čučoriedky s tvarohom, alebo piť odvar zo sušených čučoriedok.Na 3 dl vody 2 malé lyžičky čučoriedok, 8 min. variť. Piť po hltoch, celý deň.
- spojená so zvracaním - obklad zo suchej teplej sennej mrvy na brucho (prevzaté zo starých herbárov).
- keď zaškodí jedlo - vypiť 1 šálku dobre teplej vody a jesť suché kôrky chleba.
- čučoriedky, varené v červenom víne a cukor. Na 3 dl vína 1 pol. lyžica čučoriedok. Piť 3 - 4 krát denne l/2 šálky, teplé. Brucho udržiavať v teple.
- do teplej pálenky namočiť vlnené handry a obklad na brucho (namastiť pokožku) - historické.
- krvavú hnačku zastaví kôra z jaseňa varená vo víne. Na 3 dl vína 1 pol.lyžica koreňa jaseňa (pre-

vzaté).

68. Hnev, clivotu a zármutok zaháňa

- omanový koreň varený vo víne. 1/2 l bieleho vína + 1 pol. lyžicu strúhaného koreňa. Užívať 2 x denne 1 polievkovú lyžicu do zlepšenia stavu.

69. Hnisavý zápal v ústach

- uvariť v 1/2 l vína 5 ks listu slivky. Odvar držať v ústach (Fándly).

70. Hnis v útrobách

- vyťahuje čerstvý list srdcovníka - prikladať na postihnuté miesto na noc (prevzaté zo starých herbárov).

71. Hnis, ktorý zostane v tele, najčastejšie v prsníku

- keď sa predčasne uzavrie rana. List kapusty namočiť do horúcej vody, aby zmäkol. Potom ho namastiť maslom, ktoré bolo rozškvarené a prudko schladené, vyliatím do studenej vody. Maslo dať do pohárika a ním mastiť kapustný list. Prikladať viac dní. Hnis bude listom vytiahnutý pod kožu. Potom sa už ľahko dostane von niektorým z prostriedkov na to určených, vyskúšané - výborné!

72. Hnisanie v ušiach

- na hrot noža kadidla rozpustiť v 1 dl sladkého vína. Kvapkať.
- kvapkať do nich jánsky olej.
- preliečiť si ľadviny. Má to súvislosť.

73. Hnisavé rany

- omývať záparom zo šalvie. Na 3 dl vody 3 pol. lyžice byliny.

74. Hnisavú ranu prehryzie

- malá žihľava (druh žihľavy - pŕhľavka) sušená alebo čerstvá + slaninka + cibuľka. Priložiť na noc (prevzaté).

75. Hnisanie okolo nechtov

- Obklad zo surového slepačieho sadla. Vyskúšané - výborné!

76. Horúčka silná

- vlažný obklad na hrudník z odvaru z listu fialky voňavej. Na 4 dl vody 4 polievkové lyžice byliny. Chorý pokojne zaspí.

77. Horúčka od zápalu ľadvín

- piť zápar z listu jahody s pridaním vriaceho mlieka. Na 3 dl vody l malá lyžička čaju. Len zapariť a nechať stáť 15 min (prevzaté zo starých herbárov).

78. Horúčka so zimnicou

- jesť kyslé pomaranče.

79. Hrčka tvrdá

- zvápnená na dlani ruky - poliérať rosou z okna a trieť o tvrdý predmet. Natierať denne viackrát. Ide o zvápenatené šľachy na prstoch a dlani. Vyskúšané - výborné.

80. Hrče od udreniny

- obklady z vína bieleho alebo čerstvý list podbeľa, pomliaždený.

81. Hrče tvrdé

- náplasť z dobre rozotrených fíg - prikladať.

82. Hrčka na prsníku

- od udretia - 2 dl vína bieleho + 1 pol.lyžicu rozomletého semena ľanu, octan hlinitý (prášok 2 ba-

383. Štítna žľaza zväčšená

- do 1/2 l vriacej vody dať 3 strúčiky rozotretého cesnaku na 10 min., potom z toho obklad na štítnu žľazu na 3 hod. 4-5 dní.Výluh vždy nový. Cesnak obsahuje jód.

384. Trávenie narušené

- 200 g orechových listov (orech vlašský) namočiť do 1 l bieleho vína na 8 dní.Potom zliať a pred jedlom vypiť z toho pohárik. Upraví aj stolicu, (pri sklone k hnačke).

385. Trávenie

- neschopnosť stráviť akúkoľvek stravu - jemne rozomleté surové ovocie s medom a kozím mliekom.

386. Triaška - zimnica

- 3 dl vína + 5 ks klinčekov, 2 min. variť, na 3 x vypiť počas dňa (silný dezinfekčný účinok).

387. TBC pľúc

- ľanové semeno s hrozienkami jedávať.
- piť kozie mlieko.
- 10 čerstvých kvetov podbeľa na 1/4 l vody, variť 3 min.- piť 3 týždne na 3 x po jedle (denná dávka).
- sušené kvety podbeľa - 1 pol. lyžica na 1/2 l vody (zápar alebo studený macerát cez noc).
- často natierať krk - hrtan (ohryzok) bravčovou masťou a uviazať flanelom. Pri tom užívať 2 lyžičky sladkého mandľového oleja.
- 1 1/2 l čierneho piva, 1 pol.lyžica pľúcnika,2 pol. lyžice medu a za hrsť pšeničných otrúb, prikryjeme (v hrnčeku) pokrievkou, oblepíme lepenkou, aby neunikala para a dáme variť. Čas varenia má byť 3 min. Keď to ochladne, precedíme cez plátno a denne sa pije na lačno 1 hod. pred obedom a 1 hod. pred spaním 1 šálka.
- variť listy rozmarínu v kozom mlieku,nechať to stáť celú noc - piť až na druhý deň. Na 1/2 l kozieho mlieka 1 malú lyžičku rozmarínu (denná dávka). Na 2 x to vypiť cez deň. Cca 10 dní.
- jesť veľa surovej cibule.
- psiu masť dávať do mlieka a piť. Ako doplnok liečby!

388. TBC čriev

- 3 týždne každý druhý deň piť odvar z nátržníka husieho. Na 1/2 l vody 2 malé lyžičky čaju.Vypiť na 3 x po jedle cez deň + obklady 1 týždeň na celú noc z odvaru z čistca, na 1/2 l vody 3 pol. lyžice, na brucho. Ako doplnok liečby!

389. TBC s kavernou

- škrupiny z desiatich vajec zaliať do citrónovej šťavy, dobre zamiešať, zaviazať a nechať stáť 10 dní. Potom zase premiešať a o 4 dni už možno užívať 1 pol.lyžicu, dospelí. Deti 1 malú lyžičku. Možno pridať aj med. Užíva sa na lačno. Pred užívaním dobre pomiešať.

390. TBC ľadvín

- obklad z odvaru z čistca. Na 5 dl vody 4 pol. lyžice byliny. Na celú noc. Cca 5 nocí.

391. TBC bacily ničí

- inhalácia zo záparu z mäty. Na 4 dl vody 4 pol. lyžice. 1 x denne 2 týždne. Historické. Ako doplnok liečby.

392. Tučnota

- mnohokrát pomôže, ak sa posunie hodina večere na skorší čas. Zistiť, či nie je pacient cez deň či v noci v patogénnej zóne, lebo vtedy si telo nárokuje viac jedla, aby doplnilo energiu, o ktorú príde v noci, keď nemôže dobre spať.

371. Svrab (ako doplnok terapie)
- ruky držať v teplom pive.
- listy zo šťiavu kyslého, rozdrvené a podusené na masle, natierať postihnuté miesta.
- ak sa svrab schová do tela, treba dať niečo na prehnanie (doliečenie).
- obklad z odvaru omanového koreňa na postihnuté miesta. 1/2 l vody, 3 pol.lyžice strúhaného koreňa 10 minút variť, 15 min. nechať stáť.
- nejesť bravčové mäso, kapustu, údené mäso a nepiť víno. Môže sa piť len prevarené pivo.
- oplachovať, alebo na postihnuté miesta dávať obklady zo záparu z mäty, odvaru z červenej reďkovky alebo slezu.
- na 1/2 l vody,3 pol.lyžice mäty, aj na oplachovanie, aj na obklady.

372. Svrbenie okolo konečníka a pohl. orgánov
- natrieť 2 x denne citrónom.

373. Svrbľavé pupáky po komároch a muchách
- potierať ich čerstvou šťavou zo skorocelu.

374. Šarlach (doplnok terapie)
- v prvých týždňoch nech chorý pije len mlieko alebo čaj s mliekom.Počas horúčky len tekuté jedlá a zapražené polievky.
- 1 lyžička červenej papriky, 2 lyžičky soli, 8 dl vody prevariť. Keď to ochladne, užívať každú hodinu 1 malú lyžičku a vyplachovať si s tým hrdlo, každú hodinu alebo 2 hodiny. Pre deti menšiu dávku.

375. Škrabance hojí
- materina dúška vo víne - obklad. Na 3 dl vína 1 pol. lyžicu čaju, macerovať 10 dní.

376. Škrkanie v črevách
- jesť rozomletú rascu na hriankach.

377. Šestonedieľky po pôrode
- keď majú bolesti v bruchu, do 1/2 l vína 6 ks bobkového listu, 5 min. variť, vypiť 3 x denne 1 dl.

378. Škrkavky - pásomnice - mrle
- večer zaliať vodou 2 pol. lyžice celého maku. Ráno tento mak dať zjesť na lačno, 1 hod. pred raňajkami. Opakovať 4 dni po sebe a po 2 týždňovej prestávke znova to isté zopakovať. Hlísty sa od maku opijú a pustia sa z čreva, na ktorom sú prisaté. Ktoré sa nepustia, tie mak pri práci čreva zrajbe dolu. Kto nemôže, alebo nechce mak ráno zjesť, najmä deti, nech si z toho istého množstva urobí obklad na celú noc,len vtedy sa musí mak variť 8 min. v 1/2 l vody. Vyskúšané mnohokrát!

379. Škvrny na tvári
- ušľahaný bielok rozmiešať s jemne nastrúhaným liadkom a za miernej teploty a ustavičného miešania uvariť na mastičku. 2 - 3 dni ráno a večer natierať.

380. Šľachy stiahnuté
- lačné sliny pomiešať s bravč. masťou, masírovať. Keď dieťa stojí len na špičkách, treba ešte urobiť z dlahy formu,obaliť ju,aby dieťa netlačila a vložiť do nej nožičku. Vyskúšané.

381. Štikávka ťažká - silné čkanie
- vypiť vodu s citr. šťavou, alebo vypiť šťavu z pol citróna vo víne. Vyskúšané!

382. Štikávka (čkanie pri črevnom ochorení)
- 3 dl vína, 1 pol. lyžica mäty 1/2 min. variť, popíjať po hltoch. Prevzaté zo starých herbárov.

ličky),na dĺžku prsta octanovej masti, urobiť z toho kašu, trochu povariť, dať medzi gázu, priložiť na 24 hod.Opakovať podľa potreby. Konzultácia s lekárom.

84. Huby jedovaté
- ako prvá pomoc vypiť nevarené sladké mlieko a vyhľadať lekársku pomoc.
- odvar z paliny pravej vo víne : na 1/2 litra vína l polievkovú lyžicu paliny. Obklad na pečeň - ako doplnok liečby.

85. Hučanie v ušiach
- naparenie nad suchou vňaťou rasce, kôpru alebo majoránky. Na 1/2 l vody 2 polievkové lyžice vňate. Odvar dať do nádoby so zúženým hrdlom, na to položiť lievik a na lievik navliecť gumenú hadičku, túto vložiť do ucha.
- cibuľovú šťavu nakvapkať na vatu a vložiť do ucha.
- niekoľko kvapiek olivového oleja kvapnúť do ucha.
- teplý kúpeľ nôh v octovej vode /pár lyžíc octu na 1 l vody.

86. Hystéria a hypochondria
- piť odvar z čakanky. Na 3 dl vody l malá lyžička byliny piť 2 x denne pred jedlom.

87. Chrbtica krčná
- bolesti z prechladnutia, pri zapotení - 10 - 14 dní nosiť pod šatami vlnenú tkaninu, a to vo dne, v noci okrem kúpania sa. Pri stálej teplote sa stuhnuté rósoly rozpustia a chrbtica sa uvoľní. Pri spánku na boku si treba pod hlavu podložiť malý vankúšik, aby hlava nepadala, lebo tým chrbtica trpí.

88. Cholera (akékoľvek brušné bolesti)
- piť po lyžičkách šampanské.

89. Chrasty
- niektoré druhy potierať rosou z okna.

90. Chrípka
- horúčka nad 39 stupňov C - celé telo zabaliť do mokrej plachty, zabaliť do suchého, uložiť do postele na 2 hodiny. V 1/2 šálke teplej vody rozpustiť 1 pol. lyžicu soli, naliať z toho na dlaň a vdychovať aspoň 6 x denne.

91. Chrípka prechodená
- následky odstráni: niekoľko dní po sebe celé telo po častiach vydrhnúť octovou vodou, do červena. U dospelých pomer 1:1, u detí len trošku octu. Potom vypiť ešte čaj na potenie. Všetky škodliviny sa vypotia. Výborné - vyskúšané! Môžeme konzultovať s lekárom.

92. Chrípkový kašeľ
- krvavé hlieny - do 2 dl červeného vína 1 malú lyžičku pastierskej kapsičky alebo pľúcnika lekárskeho, vypiť po hltoch celú dávku 1 x denne.

93. Chudokrvnosť
- vymiešať žĺtok s lyžičkou cukru do spenenia, zaliať pohárom červeného vína. Vypiť po hltoch. Opakovať podľa potreby.
- jedávať med, najskôr rozriedený, napr. v mlieku, neskôr neriedený.
- dať do poriadku žalúdok, lebo mnohokrát je na príčine chodokrvnosti. Keď nemá dosť kyseliny, nevstrebe sa železo. Úprava tvorby kyseliny: Na 5 nocí teplý obklad z odvaru trezalky (ľubovník), 4 - 5 polievkových lyžíc na 4 dl vody. Navrch priložiť niečo suché, aby sa obklad udržal v teple.

94. Chuť neprirodzená u ťarchavých
- zjesť citrón.

95. Infekcia jazyka a zápal dutiny ústnej

- omývať odvarom zo skorocelu. Na 4 dl vody 1 polievková lyžica byliny.

96. Ischias

- obklad z odvaru z listov bazy chabzdovej. Na 1/2 l vody 4 polievkové lyžice listov. Okolo drieku. Navrch suché. Vnútorne sa nepoužíva!

97. Jačmeň na oku

- kôrka zo žemle sa v mlieku rozvarí na kašu, pridá sa trochu medu a priloží sa teplé na oko. Opakovať každý deň do zlepšenia.
- natierať vlastnými slinami hneď pri prvých príznakoch.
- tvaroh rozrobený s mliekom - teplé prikladať na 2 hodiny. Potom tvaroh vymeniť a opakovať.

98. Jazyk necitlivý, stŕpnutý

- kloktať odvarom z klinčekov. 1/2 l vody, 10 ks (prevzaté).

99. Jed – ochrana pred ním

- 2 orechy, 2 sušené figy, 20 listov ruty, trochu soli, všetko spolu rozdrviť, užívať na lačno. Historické - prevzaté zo starých herbárov.

100. Jed včely

- potierať šťavou hociktorého slezu alebo šťavou skorocelu či cibule.

101. Jedy vyháňa (čistenie)

- obklad na pečeň z odvaru z dubovej kôry varenej v mlieku. Na 1 l mlieka 2 poliev kové lyžice kôry, 6 minút mierne variť. 3 noci obklad.

102. Jedy ničí (detoxikácia)

- 1/2 l vína, 1 pol. lyžica šalvie lekárskej, 1 pol. lyžica ruty, 5 minút variť. Z odvaru obklad na pečeň. Cca 3 noci.

103. Kamene žlčové drobí a vypudzuje

- 3 pol. lyžice strukov z bielej fazule bez semien sa varia v 1 l vody pol hodiny. Odvar sa nechá stáť 3 hodiny, potom sa precedí. Táto dávka sa vypije cez deň. Kúra trvá mesiace. Môže súčasne znižovať obsah cukru v krvi - doplní sa užitím lyžice medu alebo glukopuru, podľa potreby.
- užívať rozomletú usušenú žltú kožu z vnútra slepačieho žalúdka. 3 x 1 malú lyžičku po jedle. Cca 10 dní. Vyskúšané. Rozpustí aj piesok.
- tiež predpis č.245

104. Kašeľ

- strúčik cesnaku rozotrieť, pomiešať s bravčovou masťou alebo bravč. sadlom , priložiť na noc, na chodidlá.
- 1 šálka vody, 7 lyžíc cukru prevariť, pridať šťavu z citróna podľa chuti - teplé vypiť.
- zmiešať citrónovú šťavu s cukrom, užívať z toho každých 15 minút.
- zjesť osolený citrón.

'05. Kašeľ dlhotrvajúci

smrekové omlady naložiť do pálenky alebo iného asi 40 % alkoholu na 3 týždne. Potom zliať. Piť po 5 kvapkách na cukor. Užívať do zlepšenia stavu.

06. Kašeľ suchý

2 týždne piť čaj zo záparu z majoránky. Na 3 dl vody 1 malú lyžičku majoránky. Na 3 krát to vypiť po jedle + 5 nocí obklad na priedušky z bravčovej masti. Vyskúšané, výborné!

organizmus reaguje tak, že sa na to miesto ženie krv, aby sa to prehrialo, a tým sa odkrví mozog – nastane útlm a človek zaspí (ak neleží na patogénnej zóne). Vyskúšané mnohokrát! Pomáha najmä u ľudí duševne prepracovaných.

360. Srdce slabé posilňuje

- hrušky jedávať po jedle, nie na lačno.
- medovka lekárska varená vo víne. Niekoľko dní pitia zaháňa zármutok, odvracia mdloby, čistí krv. 1/2 l vína, 2 pol. lyžice byliny 2 min. variť, 15 min. nechať stáť, piť po 1 dl po jedle, 1 x denne.
- čaj z kvetu lipy. Na 3 dl vody 1 malá lyžička. Cca 2 týždne. Piť 3 x denne po 1 dl.
- rozmarín lekársky vo víne. Na pol l vína 1 malú lyžičku sušených alebo čerstvých listov macerovať 10 dní, alebo 2 min. odvar.Posilňuje starecké srdce. 1 dl večer.

361. Srdce – nepravidelný rytmus

- výborný je horčičný obklad. Rozomleté horčičné semeno zmiešané s vodou a múkou. Priložiť na 1 hod. na oblasť srdca.

362. Srdce a nervy posilňuje

- víno so škoricou.Na 1/2 l vína na hrot noža škorice,2 min. variť. Užívať 1 x denne 0.5 dl.
- v 1/2 l vína odvar 2 min.z pol.lyžice srdcovníka. Piť po 1 pol.lyžici pred jedlom,1 x denne,cca 2 týždne.
- obklad zo srdcovníka vareného vo víne. Na 1/2 l vína 3 pol.lyžice srdcovníka. Na 3 hodiny teplý obklad, 4 dni po sebe.

363. Srdcová vada

- prikladať teplý tvaroh v gáze.Nechať ho dotiaľ,kým nezačne byť nepríjemný. Pretože vyťahuje jedy z tela. 1 x denne. Tiež sťahuje rozšírené srdce, najmä keď človek trpí dýchavicou. Cca 1 hod. Po porade s lekárom.

364. Srdca búchanie

- niekedy pomôže vypiť citrónovú alebo sladkú vodu.

365. Starecké svrbenie

- postihnuté miesto natierať kokosovým olejom.

366. Stolica tuhá

- denne zjesť 1 malú lyžičku semena ľanu v hocijakom jedle. Surové a celé. Chuť jedla nezmení a kým príde do hrubého čreva, uvoľní sa sliz a zmäkčí stolicu. Podľa potreby až 3 pol. lyžice denne. Vyskúšané!

367. Srdce po infarkte

- liečí čaj z cibuľových šupiek, vonkajších hnedých. Dávka 3 dl vody, 1 malá lyžička šupiek. Variť 2 min. Na 3 x vypiť túto dávku vždy pred jedlom cez deň, po 1 dl.

368. Stredné ucho – zápal

- pár kvapiek jánskeho oleja, kvapnúť do ucha a prikladať teplý mäkký chlieb, zohriaty na panvici ako hrianka.Meniť. Vyskúšané! Keď nie je k dispozícii jánsky olej, môže byť aj olivový.

369. Suchoty – TBC

- 4 ks bobkového listu rozdrviť na prášok, pridať med a sladké víno, aby bol z toho riedky sirup. Užívať 2 x denne 1 pol. lyžicu.Pomáha pri ťažkom dychu. Ako doplnok liečby.

370. Suchoty v začiatkoch

- piť odvar z listov deväťsilu. Na 3 dl vody 1 malá lyžička. Na 3 x vypiť túto dávku denne po jedle po dobu 3 týždňov.Skontrolovať stav pacienta. Prevzaté zo starých herbárov.

352. Slabosť telesná

- kúpele v odvare z dubovej kôry. Na 1 l vody 3 polievkové lyžice kôry. 15 min. variť. 5 l odvaru vyliať do ostatného kúpeľa.15 min.kúpať, každý tretí deň. Podľa potreby.

353. Slabý žalúdok

- ktorý stále zvracia - kôrku z celého chleba posypať drvenou rascou a teplé priložiť ako obklad na žalúdok.
- hrianky namočiť v dobrom vinnom octe, posypať drvenou rascou a teplé priložiť na žalúdok ako obklad.
- zohriať biele víno, pridať do neho na hrot noža čierne mleté korenie a piť na lačno 1 dl, kým sa stav neupraví.
- piť plody borievky varené vo víne. Na 1 l vína 10 drvených plodov. Z toho užívať 1 x denne 1 pol. lyžicu, pred jedlom.

354. Slepé črevo

- rumančekový obklad.Na 1/2 l vody 5 pol. lyžíc rumančeka, zápar. Obklad na noc do zlepšenia.
- vínový obklad posypaný práškovaným ďumbierom alebo čiernym korením. Prekrvenie prejde na pokožku, lebo korenie je jemné dráždidlo kože, ale tým sa uľaví zapálenému orgánu,
- pri chronickom zápale obklad zo zriedeného liehu posypať zázvorom. Po porade s lekárom!

355. Slezina chorá

- surovú kapustu s octom jedávať.
- obklad z odvaru čakanky na noc. Na 4 dl vody 4 pol. lyžice čakanky. Počet obkladov podľa potreby.
- treba si všimnúť, akú farbu má oblečenie počas bolesti sleziny. Niektoré syntetické farby slezinu dráždia, najmä fialová farba. Treba sa tej farbe potom vyhýbať, alebo do prania pridať trochu vody z pútnického miesta. Eliminuje škodliviny.

356. Slezina zväčšená

- priložiť na pás majoránku varenú vo víne až do zhustnutia výluhu. Na 1/2 l vína 2 pol. lyžice majoránky. Obklady by sa mali dávať vždy na noc.

357. Slezina tvrdá

- kopytník máčaný vo víne. Do 1/2 l vína, 2 malé lyžičky byliny, 1 dl ráno. Užívať asi 2 týždne.
- spráškovaná vňať veroniky lekárskej v octe, ako odvar. 4 dl octu + 2 pol.lyžice byliny 4 min.variť, 8 min. vylúhovať, potom obklad na slezinu. Cca 5 nocí.
- obklad zo semena ľanu vareného vo víne. Na 1/2 l vína 5 pol. lyžíc semien 10 min. variť. 5 nocí.

358. Smäd hasí

- čaj z feniklu. 1/2 l vody + 1 malá zarovnaná lyžička feniklu, variť 5 min., 10 min. vylúhovať. Túto dávku vypiť na 3 x pred jedlom cez deň. Podľa potreby opakovať.
- 3 litre vody, do toho pridať 230 g umytých hrozienok, vodu nechať vyvariť na 2 l, nechať vychladnúť, scediť a piť koľko chutí.
- niekedy stačí piť od smädu kyslú polievku. Najmä vtedy, keď človek pracuje na pracovisku,kde sa veľa potí a stráca z organizmu soľ. Treba ju nahradiť. Tiež po chorobe, kedy sa bolo treba veľmi sa potiť.

359. Spánok hlboký prináša

- 4 dl vína, 1 pol. lyž.machu zo stromu, 8 hod. nechať vylúhovať. Vypiť za 2 dni.
- studený mokrý obklad na žalúdok,navrch suchý obklad. Pretože je žalúdok veľmi citlivý na chlad.

107. Kašeľ astmatický

- suchý list podbeľový hodiť na žeravé uhlie - dym vdychovať Prevzaté zo starých herbárov.

108. Kašľanie krvi

- prsia umývať studeným a nohy vložiť do teplej vody, alebo vypiť lyžičku citr. šťavy. Historické, prevzaté zo starých herbárov.

109. Katar žalúdka a čriev

- 3 x denne zjesť 1/2 dl sladkej smotany. Do zlepšenia stavu.
- 5 nocí obklad z uvareného semena ľanu v mlieku. Natrieť na plátno a teplé prikladať.Na celú noc.Navrch suché.

110. Katar pľúc

- (zahlienenie dýchacích ciest) - piť odvar z deväťsilu - na 3 dl vody 1 malú lyžičku byliny, na 3 krát vypiť po jedle. Rozpúšťa hlieny a čistí pľúca.

111. Kĺbne mazivo (obnovenie tvorby)

- najprv treba vyliečiť žalúdok, ktorý zapríčinil nedostatok vápnika v kostiach.
- 1/2 l Korzára + 10 vajíčok celých a trochu medu. Korzára vylejeme do mixéra, pridáme najprv škrupiny z vajíčok a dobre to rozmixujeme, potom sa pridajú vajíčka a med, ešte dobre premiešať. Užívať každý deň na lačno 1 štamperlík, celú dávku. Ku tomu treba užívať každý piaty deň 5 ks orechov vlašských, 5 týždňov. Orechy obsahujú horčík a tento sa viaže na vápnik. Obyčajne obidva chýbajú a jeden bez druhého sa nevstrebe.
- 4 celé vajíčka zalejeme citr. šťavou. Odložíme do chladničky. Asi za 10 dní sa škrupina na vajíčkach rozpustí. Odstránime z nich blanu, rozšľaháme, pridáme k tomu med v pomere 1:1 a ešte pridáme pre dospelých 15 polievkových lyžíc dobrého koňaku. U detí polovičku. Užívať 1 štamperlík denne na lačno. Ku tomu orechy, ako horeuvedené v predchádzajúcom recepte. Pozn. Musí byť zaručené, že vajíčka sú zdravé. Konzumácia surových vajec môže spôsobiť ochorenie salmonelózu. Obidva prípravky treba pred použitím dobre premiešať,lebo škrupina padá na dno.
- kým sa nám vápnik v organizme doplní, je dobre nepremývať si jedlá z cestovín. Sliz na cestovinách je výborné náhradné mazivo do kĺbov. Tiež treba robiť polievky z odvaru z cestovín.
- kĺby mazať olejom z kvetu ľubovníka. Príprava: č.21

112. Kolika (všeobecne)

- do 1/2 l teplého vína dať 1/2 lyžičky škorice - piť na 3 x po 5 min.
- zdúvanie - rozomelieme v rovnakých častiach aníz, fenikel a rascu. 1/2 lyžičky z každého na 3 dl vriacej vody, nechať stáť 5 min., zliať a piť teplé.
- na telo priložiť vrecko s horkou soľou a ovsom. Teplé priložiť na brucho.
- pri samovoľnom vychádzaní kameňa - ľanové plátno do horúcej vody namočené - obklad na bedrá.
- piť veľké dávky teplého čaju z kvetu lipy.
- šálka mlieka, v ktorom sme 2 min. varili 2 lyžičky rozdrveného feniklu. Obklad z toho. Meniť po 10 min.
- pozor však, aby to nebol zápal sl. čreva alebo neprechodnosť čriev.

113. Kožné vyrážky - žihľavka

- pokožku polierať citrónom.
- doplniť vitamíny A+E

114. Kosti

- úlomky; pri zranení vyťahuje utlčená čerstvá zelená vňať betoniky lekárskej. Keď nie je zelená vňať, suchú namočiť a priložiť obklad na noc. Ráno vymyť ranu vínom. Prevzaté zo starých herbárov.

115.Kostižer (infekčný kostný zápal)

- omývanie alebo obklad z odvaru prasličky. Na 1/2 litra vody 2 polievkové lyžice byliny.
- obklady z odvaru z listov orecha, na 6 dl vody 3 listy orechov alebo 3 polievkové lyžice drvených listov

116. Koža, keď puká – na rukách alebo na pätách

- obklady z tvarohu na 3 hod. Opakovať podľa potreby, ale vždy len 1 x denne. Potom natrieť výživným krémom.

117. Kožné vyrážky (akné)

- natierať bravčovou masťou pomiešanou s práškovým cukrom. Prevzaté.

118. Kŕč kýchací

- pri neprestajnom kýchaní srkať do nosa spráškovaný gáfor. Prevzaté. Možno aj inhalovať alebo naparovať.

119. Kŕče svalov

- teplý kúpeľ v odvare zo sennej mrvy. Na liter vody 6 polievkových lyžíc mrvy. 5 l na celkový kúpeľ.
- obklad alebo omývanie odvarom z materinej dúšky. Na 5 dl vody 4 polievkové lyžice byliny.

120. Kŕče nôh

- potierať nohy zohriatym rumom.
- omývanie studenou vodou s trochou octu. Kŕče bývajú obyčajne pri nedostatku vápnika.Treba ho doplniť, pozri recept č. 111.
- natierať liehovým výťažkom z koreňa valeriány.

121. Kŕče žalúdka

- obklad z ľanového semena. 1 liter vody, 6 polievkových lyžíc semena, 4 minúty variť. Teplé prikladať.
- obklad zo záparu z mäty s trochou sódy bikarbony. Na 5 dl vody 4 polievkové lyžice mäty. Účinkuje výborne.
- horúce mokré obklady, na to priložiť suché!
- suchý horúci ovos alebo ovsené vločky v plátenom vrecku prikladať na žalúdok.
- potieranie žalúdka olivovým olejom.
- teplé obklady z ľanovej kaše alebo z ovsených vločiek. Každú hodinu piť 1 dl odvaru feniklu (10 ks) a medzi tým 10 kvapiek valeriánskej tinktúry na kocke cukru.

122. Kŕče žalúdka a čriev

- piť zápar z rumančeka- na 3 dl vody 1 pol. lyžicu rumančeka.

123. Kŕče žlčníka alebo moč. mechúra

- obklady z rozomletého semena ľanu vareného v mlieku. Prikladať na postihnuté miesto.
- žlčníková kolika - zápar z rumančeka s citrónovou šťavou. Na 2 dl vody 1 malá lyžička čaju, na to piť srvátku alebo studenú vodu. Sedacie kúpele, 5 hrstí narezanej ovsenej slamy v 1/2 litra vody variť 1/4 hod. 28 stupňový kúpeľ, 15 minút.
- teplý obklad z vody,z niektorého púlnického miesta.

343. Ruky, keď sa trasú

- trieť čerstvou vňaťou medovky lekárskej, 2 x denne. Prevzaté.

344. Ruža

- 4 čerstvé deväťsilové listy sparené - ako obklady na postihnuté miesta.
- prikladať čerstvé listy púpavy lekárskej.
- prikladať čerstvé,trochu pomliaždené listy podbeľa.
- obklad zo zelenej kôry bazy čiernej a bravčovej masti. Po uschnutí opakovať. Zelená kôra je pod hnedou na kmeni (prevzaté).
- namočiť preložené červené plátno do vody a medzi to nasypať sódu bikarbónu. Obklad (prevzaté).
- šťava z 2 citrónov + 8 lyžičiek brandy (koňak), obklad viackrát denne. Citrón predtým namočiť do vody z púlnického miesta. Eliminuje škodliviny.
- obklad z uvarenej fazule, za tepla.

345. Semenotok

- jedávať často egreše.

346. Semeno mužovi tvorí

- aníz spráškovaný + glukopur zmiešať v pomere 1: 2 a prášok užívať. 1/2 kávovej lyžičky 1 x denne, každý druhý deň. Podľa potreby opakovať do zlepšenia stavu.

347. Senná nádcha

- kloktať záparom z majoránky. Na 1/2 l vody, 1 pol. lyžica, 2 x denne, cca 10 dní.
- denne zjesť kúsok (ako orech) panenského vosku, natretého medom. Dlho žuvať.Panenský vosk je plásť, do ktorého idú včielky klásť med. Jesť podľa potreby. Vyskúšané - výborné!
- u sennej nádchy vždy chýba vitamín A + E, treba doplniť z prirodzených zdrojov (pozri recept č. 260).

348. Silenie na stolicu

- nemožnosť sa vyprázdniť - uvariť borievky vo víne a octe - naparenie. Na 1 l vína 2 pol. lyžice rozdrvených bobuliek, 10 min. variť, pridať 2 dl octu,
- posypať konečník práškom z majoránky.

349. Skleróza ciev

- ruta nakrájaná na drobno vo víne v pomere 1:10 (biele víno - rizling).Vylúhovať 10 dní, potom zliať.Užívať 2 x denne za pohárik.

350. Skleróza multiplex

- mazať denaturovaným liehom s detským olejom. 2:1. Stav zhoršuje nosenie hodiniek a kľúčov. Treba preliečiť štítnu žľazu.

351. Slabé deti

- kúpať v odvare z listov vlašského orecha 2 x týždenne pri teplote 38 st.C 10 min., niekoľko týždňov. Na 1 l vody 4 celé listy orecha čerstvé alebo sušené,
- kúpeľ v odvare zo suchej vňate po zbere rasce. Na 1 l vody 3 hrste porezanej vňate, variť 5 min., 10 min. vylúhovať. Kúpeľ každý druhý deň 10 minút, podľa potreby, maximálne 10 x. Odvar sa vyleje do ostatného kúpeľa a kúpe sa to, čo je slabé (napr. nožičky).
- kúpeľ v odvare z jačmenného šrotu - 1 l vody + 3 hrste jačmenného šrotu, 5 min. variť, potom rozriediť teplou vodou, v ktorej sa bude dieťa kúpať, precediť a 10 min.kúpeľ, každý tretí deň. Približne mesiac. Kúru podľa potreby opakovať.

338. Reuma

- ražné otruby zohrievať a prikladať.
- nakrájanú čerstvú žihľavu dať do pohára, zaliať olejom na 2 týždne a natierať tým
- preliečiť si ľadviny.
- jedávať surovú cibuľu.
- piť odvar z kvetu bazy (pri horúčke).
- kvet pagaštana namočiť do liehu (2 týždne macerovať), natierať.
- mladé výhonky borievky namočiť do liehu na 2 týždne a natierať.
- mladé šišky z jedle rozdrviť, namočiť do liehu, potierať.
- mladé jedľové ihličie zaliať liehom, 3 týždne vylúhovať, zliať a natierať.
- brezové listy čerstvé v období od 25. mája do začiatku júna nazbierať, dať do vaničky a vyložiť na rannú rosu okolo tretej hodiny ráno. Nechá sa to do šiestej hodiny vonku. Potom také vlhké vsypeme na plachtu v posteli, nemocný si do toho ľahne chrbátom, prikryje sa perinou a leží v tom 6 hodín. Chorý sa začne potiť tak, že všetko premáča. Po 6-tich hodinách sa musí prezliecť do suchého a ešte si raz ľahne na 6 hodín pod suchú perinu.Toto sa môže urobiť aj pri slabosti tela alebo úplnej nevládnosti (jednorázovo).

339. Reuma chronická (artróza)

- pri zmenách na kĺboch kúpele s pridaním hrste horkej soli (dostať v drogérii). Začínať s 15 min., neskôr dlhšie, každý tretí deň. Počet kúpeľov podľa potreby do zlepšenia stavu. Kúpeľ má byť dostatočne teplý. Keď má chorý postihnuté kĺby na rukách, môže kúpeľ trvať až 1 hodinu. Horká soľ rozpúšťa usadeniny na kĺboch. Asi po 30-tich kúpeľoch sa uľaví, alebo nastane i úplné vyliečenie. Po každom kúpeli treba natierať telo gáfrovým liehom.Piť krv čistiace (metabolické) čaje.

340. Reuma so zablokovaním kĺbov

- 1 kg domácich zemiakov aj so šupou, ešte pokiaľ neklíčia, variť v troch l vody s kúskom zelera. Cca 3 - 4 týždne podľa potre by piť tento odvar po celý deň a k tomu jesť zemiaky rozmixované na kašu.Iné nič nekonzumovať. Táto kúra vyčistí celý organizmus, je účinná aj proti obezite.
- octový odvar z ihlice tŕnistej - natierať.Na 1 l octu 4 polievkové lyžice postrúhaného koreňa, aj sušeného, 10 min. variť.

341. Reumaticky zdurené svaly

- liehový výťažok čerstvého koreňa kostihoja s masťou. Natierať. Na 1/2 l liehu 3 polievkové lyžice koreňa, macerovať 14 dní.

342. Rezák -bolestivé močenie

- vypiť 2 -3 x denne šálku čaju z nechtíka. Dávka zvyčajná. Vyskúšané! Výborné! Pri pití čaju z nechtíka,treba ešte priložiť obklad zo zohriateho ovsa alebo ovs. vločiek na podbruško.
- odvar z listov hrušky - naparenie.
- obklad z odvaru vratiča alebo rasce, uvarenej vo víne. Priložiť na pupok teplé. Na pol l vody 5 pol. lyžíc vratiča. Na pol l vína 2 malé lyžičky rasce, 8 minút variť.
- naparenie nad slanou vodou, po naparení teplý obklad z čerstvého listu lopúcha na noc.
- kapustný list teplý, namastený masťou a posypaný ďumbierom - priložiť ako obklad na podbruško na celú noc - do zlepšenia.
- teplé obklady z bieleho vína.
- zjesť surový petržlen s orechom.

- žlčníkový záchvat - teplý obklad zo sennej mrvy. Historické.
- teplý obklad z prostějovskej starorežnej a vody, 1:1
- zjesť 1 čaj. lyž. spráškovanej kože z vnútornej strany žalúdka hydiny a zapiť. Pri pitvaní hydiny sa koža dobre umyje, usuší a odloží. Vyskúšané.

124. Kŕčové žily

- 5 dní po sebe obklady na 1 hodinu denne z kyslej kapusty.
- obklady z teplej srvátky na 4 hodiny denne, do zlepšenia stavu. Vyskúšané.
- obklady z čerstvého zeleného listu lopúcha,pobúchať.

125. Kŕčové žily otvorené (holenné vredy)

- obklady z čerstvého listu mrlíka dobrého. Vyskúšané. Výborné! Doplniť vitamín B 1.

126. Krvácanie z rany

- zastaví rozdrvený čerstvý list skorocelu kopijovitého. Priložiť ako obklad.
- rozdrvená čerstvá vňať pastierskej kapsičky.

127. Krvácanie z nosa zastaví

- spráškovaná suchá smola z borovice + bielok z vajca. Obklad na čelo a sluchy. Prevzaté zo starých herbárov.
- čerstvá vňať pastierskej kapsičky alebo skorocelu, niekedy stačí, keď sa táto bylina drží v ruke - v ľavej alebo pravej, podľa toho, z ktorej dierky nosnej tečie krv.
- k cibuli rozkrojenej privoniavať.
- trieť čelo čerstvou vňaťou nátržníka vzpriameného alebo obklad z neho.
- kúsok vaty namočený v roztoku kamenca alebo pavučina zabalená do vreckovky - priložiť na nos.
- kmín rozotretý s octom privoniavať.
- šťava zo skorocelu a rovnaký diel octu, obklad z toho na chodidlá, dlane a na pravý bok nad pečeňou - zastaví krvácanie.

128. Krvácanie z maternice

- okrem rakoviny, ak je vylúčené krvácanie z nádoru - obklad z odvaru z myšieho chvosta.Na 5 dl vody 5 polievkových lyžíc byliny. Počet obkladov podľa potreby.

129. Krvácanie prílišné pri menštruácii

- Asi 5 dní pred menštruáciou piť čaj z odvaru z myšieho chvosta. Na 3 dl vody l malá lyžička čaju, na 3 x vypiť po 1 dl po jedle denne.
- piť odvar z pľúcnika lekárskeho v bielom víne (3 dl bieleho vína + 1 lyžica pľúcnika, vypiť na 3 krát pred jedlom, počas 2 dní).
- Na lačno jesť spráškovaný pamajorán + glukopur v pomere 1:2. Užívať 2 krát denne pol kávovej lyžičky. Užívať 2 dni.

130. Krvácanie vnútorné

- piť čaj z kôry broskyne. Historické. Prevzaté.

131. Krvácanie po páde

- piť betoniku lekársku v červenom víne (odvar), v kyslom alebo v kozom mlieku. Historické, prevzaté zo starých herbárov.

132. Krvné zrazeniny (podliatiny)

čerstvá udrenina
- obklad z bieleho vína.

modrina
- obklad z čerstvého listu podbeľa, keď uschne, vymeniť,v zime údené bravčové sadlo.
- priložiť kapustný list.
- rozmiešať rajčiny s medom a priložiť.
- obklad z bieleho vína.
- obklad zo sadla (údeného bravč).
- obklad z majoránky varenej v bielom víne až do zhustnutia - náplasť.

133. Krvný tlak (úprava)
- najlepším liekom je nenosiť hodinky na ruke, ani vo vrecku, ani kľúče ani iné kovy u seba.
- pri náhlom zvýšení tlaku je dobre vypiť citrónovú vodu.
- 3 týždne, každý druhý deň piť čaj z rasce. Na 1 šálku vody 1 malá lyžička rasce, variť 8 minút, potom počas dňa piť po hltoch, alebo kúpeľ rúk v odvare rasce. Na 3/4 l vody, 3 lyžice rasce, variť 8 min., potom pridať 2 strúčiky cesnaku,nechať vylúhovať ešte 10 minút, potom v tom kúpať ruky (dlane) 20 minút 1 x denne, cca 4 dni. Výborne čistí cievy aj čaj na pitie, aj kúpeľ rúk.

134. Kurie oká - otlaky
- natierať každý večer, kým neuschne, jódovou tinktúrou. Nakoniec kúry si vymočiť nohy a otlaky odstrániť.
- cibuľa sa rozkrojí na polovicu po dĺžke a vloží sa do pohára s octom. Keď bude v octe 8 hod. odoberieme z cibule jednu šupinu, priložíme na kurie oko. Ostatná cibuľa bude stále v octe. Takto prikladáme vždy na noc ďalšiu a ďalšiu šupinu. Kurie oko najprv obelie a neskoršie sa začne odlupovať, až nakoniec sa dá vytrhnúť aj s koreňom. Vyskúšané - výborné!
- obuvnícku smolu natrieť na kúsok bavl. látky a priložiť. Po 2 týždňoch zopakovať a opakovať stále, až kým sa nedá vytrhnúť. Prevzaté zo starých herbárov.
- na kurie oko rýchlo pôsobí zmes 7 diel. liehu a 1 diel chloroformu (nechať pripraviť v lekárni), navlhčiť tým vatu a priložiť. Bez bolesti sa vylúpi po niekoľkých minútach.

135. Kyselina žalúdočná
- zvýšená tvorba (pri nervozite) viac dní (podľa potreby) piť ráno 1 hod. pred raňajkami 1 šálku dosť teplej vody. Niekedy je príčina v padnutom žalúdku.

136. Kývanie zubov
- pri paradentóze si najprv treba doplniť vápnik a horčík. Pozri recepty č. 111.
- 4 - 6 x denne si vyplachovať ústa studeným odvarom z prasličky, ale podržať ho trochu v ústach. Na 1/2 l vody 3 pol. lyžice prasličky roľnej.
- zápar z pamajoránu vo víne držať v ústach. 1/2 l vína, 1 pol. lyžica pamajoránu.

137. Ľadviny čistí
- a vylepšuje ich činnosť pitie srvátky denne, namiesto nápoja.

138. Ľadviny
- udreté, keď má chorý horúčku, piť odvar z prasličky. Na 4 dl vody 2 malé lyžičky byliny. Keď chorý nemá horúčku, môže byť odvar vo víne. Na 3 dl vína,1 malá lyžička prasličky roľnej.
- čaj zo zelerovej vňate. 4 dl vody, 1 malá lyžička vňate na 3 x denne vypiť po jedle.
- obklad z bieleho vína.

323. Rakovina kožná
- umývať kvetom kosatca modrého. 1/2 l vody, 3 pol. lyžice kosatca, 1 min. variť.

324. Rany
- betonika lekárska čerstvá - obklad, alebo umývať suchou vňaťou varenou vo víne. Na obklad 1/2 l vody, 3 pol. lyžice betoniky lekárskej.

325. Rany všeobecne
- obklad z čerstvého listu bazy čiernej,- umývať odvarom z ktorejkoľvek horkej byliny.

326. Rany, ktoré treba zašiť
- stiahne jaseňová čerstvá kôra. Prevzaté zo starých herbárov.

327. Rany staré – otvorené
- umývať odvarom zo šalvie. Na 1/2 l vody 3 pol. lyžice šalvie.

328. Rany a vredy
- pomliaždený čerstvý dubový list alebo prášok zo suchého na obklad.
- vymývať odvarom z hrachu.
- vymývať odvarom z rozmarínu, alebo zasypať práškom z neho. Na 4 dl vody 1 malá lyžička rozmarínu.

329. Rany vnútorné po pádoch
- koreň kostihoja varený v červenom víne10 minút. Na 1/2 l červeného vína 2 pol.lyžice. Na 3 x to vypiť po jedle cez deň,3 dni po sebe.

330. Rany s poškodením nervov
- hojí utlčená práškovaná vňať prasličky, priložená na ranu. Zastavuje aj krvácanie.

331. Rany na nohách - staré
- za hrsť dubovej kôry a za hrsť rezanej prasličky uvariť v bielom víne, naliať to do vysokej drevenej nádoby a urobiť v tom kúpeľ nohy, 45 minút. Opakovať do zlepšenia.

332. Rany ťažko hojiteľné
- čerstvý list skorocelu prikladať.
- zmeniť miesto na spanie pre geopatogénnu zónu.

333. Rany hnisajúce
- umývať odvarom rumančeka, 2 min. povariť.
- natierať prevarenou sladkou smotanou.

334. Rany staré hnisajúce
- rozdrvená surová alebo varená repa ako náplasť, priložiť.
- listy lopúcha čerstvé, prikladať,
- zasypať spráškovanými tekvicovými semenami.

335. Rana krvácajúca
- nakvapkať šťavu skorocelu alebo myšieho chvosta - zastavuje krvácanie.

336. Rana sa rýchlo zahojí
- do teplého sladkého mlieka naliať trochu octu, aby sa zrazilo na tvaroh,potom z toho obklady.

337. Rebrá – konce na dotyk bolestivé
- postrúhaný chren, 1 malú lyžičku v pol litra mlieka vylúhovať cez noc, potom tým natierať. Použiť teplé.

311. Prst na nohe, keď zarastá necht

- nechty treba strihať do rovna, a nie do okrúhla.

312. Prostata zväčšená

- aspoň 2 týždne piť čaj z myšieho chvosta. Na 3 dl vody 1 malá lyžička byliny, na 3 x cez deň to vypiť po jedle. Vyskúšané!

- tiež piť čaj z vrbovky a zlatobyľu 1:1. Dávka zvyčajná - ako v predch. prípade. Pri ochorení prostaty veľmi škodí nosenie hodiniek a kľúčov u seba. Kovy priťahujú žiarenie a škodia. Vyskúšané!

313. Prsia opuchnuté pri zápale

- pšeničné otruby varené s múkou - obklad.

- medzi handru (najlepšie konopnú) dať kyslé mlieko a prikladať. Keď sa mlieko zrazí na tvaroh, treba ho vymeniť. Vyskúšané!

314. Prsia zatvrdnuté z nevyprázdneného prsníka pri dojčení

- obklad z varenej šošovice vo vode a soli, prikladať vlažné. Alebo obklad zo záparu mäty. Na 5 dl vody 3 pol. lyžice mäty, zápar.

315. Prsia zapálené

- obklad zo silného liehu (najlepšie je konopné plátno, ak nie je, môže byť ľanové).

316. Prsia zhnisané

- otvorí priložené cesto, urobené z medu a ražnej múky. Keď cesto uschne, odlepí sa a priloží nové. Po každom odlepení sa z kože uvoľní 1 vrstva, až nakoniec sa to otvorí a hnis vytečie. Vyskúšané!

317. Prsníky

- nádor zhubný - obklad z dvoch dielov sladkej smotany a 1 dielu medu. Obklady sa dávajú na celú noc. K tomu sa pije čaj z myšieho chvosta počas 6-tich týždňov. Na 3 dl vody 1 malá lyžička čaju, na 3 x denne to vypiť po jedle. Pomocná liečba po porade s lekárom.

318. Pupok, keď vychádza

- obklad zo skorocelu bĺškového rozdrveného, zmiešaného s octom, priložiť na 2 hod. 1 x denne. Opakovať podľa potreby.

319. Pupček u dojčiat vyskočený

- lepiť náplasťou, kým nespevnie. Tiež spevňovať bioenergiou. Dáva sa aj gombička s vystúpenou dierkou, zabalená do vaty a gázy.

320. Rakovina

- prevencia - jesť často cibuľu, jemne udusenú, na raňajky. Prevzaté zo starých herbárov.

321. Rakovina prsníka

- pomocná liečba - umývať odvarom z benediktu lekárskeho. Na 1/2 l vody 5 pol.lyžíc. 4 x denne umyť. Potom priložiť obklad zo slivovice na 3 hod. Napadnuté tkanivo odpadne. Kým nie sú napadnuté mliečne žľazy, zahojí sa to. (Po porade s lekárom).

- obklad z čerstvého listu vlkovca, na noc.

- obklad z pomliaždenej čerstvej vňate benediktu lekárskeho.

- pri nádore na prsníku je dobre dať si skontrolovať aj vaječníky. Obyčajne je napadnutý aj niektorý či oba. Sólovo sa vyskytuje nádor na prsníku málokedy, len po udretí.

322. Rakovinové rany

- kvet nechtíka dobre rozmiešať s bravčovou masťou. Môže byť čerstvý alebo suchý. Natierať. Ako pomocná liečba.

- bolia od zdvíhania ťažkých telies - obklad z chrenového listu čerstvého na bolestivé miesto. Vopred namastiť pokožku.

- zápal - piť odvar zo suchých fazuľových luskov. 1/2 litra vody, 1 polievková lyžica luskov, 10 minút variť, vypiť počas dňa. Ako doplnok liečby.

- piť odvar z lipkavca pravého.

- sedací kúpeľ z odvaru kvetov divozelu. Na 1 1/2 litra vody, 5 polievkových lyžíc. Vyliať do ostatného kúpeľa. 10 minút kúpeľ + obklad z ľanovej kaše, natretý na pomastenom kapustnom liste, na brucho.

- bolesti tiší a hojí šťava zo žltej tekvice (prevz.)

- pri cyste a glomerulonefritíde - 2 x denne obklad z cibule dusenej na masli, len na 2 hodiny. Potom cibuľu vymeniť. Opakovať niekoľko dní podľa potreby do zlepšenia stavu. Výborné, vyskúšané! Ako doplnok liečby.

- zastavenie močenia - semeno žihľavy zapiť s dúškom bieleho vína. 1 malá lyžička rozomletého semena do 2 dl vína.

139. Ľadvinové kamene

- uvoľní kapusta varená v slepačej polievke - obklad.

- drobí - odvar z koreňa ihlice tŕnistej, vo víne. Na 1 liter vína 2 polievkové lyžice byliny. Užívať 3 x denne 2 polievkové lyžice bylinného vína.

- pichanie v ľadvinách - piť čaj z betoniky lekárskej. 3 dl vody, 1 malá lyžička na 3 x denne vypiť po jedle, alebo spráškovanú betoniku užívať, zmiešanú s glukopurom v pomere 1:2. 2 x denne 1/2 malej lyžičky cca 2 týždne.

140. Ľadvinový piesok

- čaj zo zemežlče. Zápar. 1 malá lyžička, 3 dl vody, 3 krát denne 1 dl. P r e v e n c i a - vynechať ovocie okrem hrušiek, zo zeleniny jesť len petržlen, piť odvar z púpavy lekárskej (koreň, list). Sladiť karamelom. Občas obklad zo surovej cibule na močový mechúr na 2 hod. denne. Nezadržiavať moč. Pri ľadvinových ochoreniach sa doporučuje piť väčšie množstvo tekutín. Tak asi 0,6 - 1 l denne.

141. Ľadviny

- horúčka - pri ochorení piť odvar z uhor. semena, varený s medom. Na 1/2 l vody 1 pol. lyž. semena, 5 min. variť. Vypiť na 3 x pred jedlom. Ako doplnok terapie.

142. Ľak - zľaknutie

- piť cukrovú vodu.

- vypiť horúce varené mlieko - ako sa dá zniesť.

143. Laktáciu zvyšuje

- u žien pri dojčení piť odvar z vŕškov a semena kôpru. Na 1/2 l vody l malú lyžičku kôpru. Na 3 x vypiť pred jedlom.

- nosiť bedrovník na prsiach na holom tele.

- piť víno varené s kôprom - na 2 dl vína, 1 lyžička kôpru. Piť po hltoch.

- počas celej ťarchavosti treba mať dostatok vit. B_1.

144. Lámka

- (reuma) jedávať často jahody.

- obklad zo spareného kapustného listu.

145. Laktáciu znižuje
- zápar zo šalvie lekárskej - 1/2 lyžičky na šálku 1 x denne 2 týždne.
- polierať bradavky šťavou skorocelu kopijovitého.

146. Lišaj (ekzém)
- umývať odvarom z tabakových listov. Na 1/2 l vody 1 pol. lyžica.

147. Lupiny vo vlasoch
- šťava z cibule s trochou alpy. Natierať 1 x v týždni.
- pred umytím poliať hlavu zriedeným (asi 40 %) denaturovaným liehom, kúpeným bežne v obchode a hlavu zaviazať asi na 2 hod. Potom umyť. Lieh hreje, t.j. hlavu prekrví, vlasy dostanú výživu a prestanú aj padať. Narastú nové. Vyskúšané. Kúra trvá dlhšie, t.j. aj pol roka.

148. Mandle a zápaly ústnej dutiny
- kloktať záparom z majoránky, kvetu bazy čiernej, šalvie lekárskej, tymianu. Na 1/2 l vody 1 pol. lyž. majoránky Na 1/2 l vody 1 pol. lyž. šalvie. Na 1/2 l vody 2 pol. lyž. kvetu bazy čiernej Na 1/2 l vody 1 pol. lyž. tymianu.

149. Mandle hnisavé
- listy slivky vo víne, odvar držať v ústach a odvarom z výhonkov ostružiny, varenej vo víne, vyplachovať. Na 1/2 l vína 7 listov slivky, 2 min. variť, 5 x denne držať v ústach 1 min., potom vypľuť.
- Na l/2 l vína 2 pol. lyž. výhonkov ostružiny, 2 min. variť. Ostatné ako vyššie.

150. Maternica slabá
- keď nemôže žena donosiť plod alebo počať: sedacie kúpele v odvare z ovsenej slamy 10 min. - prihrievať. Na 2 l vody 2 hrste rezanej ovsenej slamy 4 min. variť, 8 minút vylúhovať.Kúpeľ 3 dni po sebe, po menštruácii.
- sedací kúpeľ z odvaru zo slezu nebadaného.Dávkovanie a postup ako u ovsenej slamy. Vyskúšané - výborné!

151. Maternica - čistenie po pôrode
- jesť veľa petržlenovej polievky.

152. Maternica padnutá
- zmiešať rovnaké množstvo alchemilky a plavúňa, hodiť na žeravé uhlie - napariť sa nad tým. Prevzaté.
- po zdvihnutí bioenergiou, 5 nocí obklad z bieleho vína.
- namočiť špongiu do dobrého silného vinného octu a teplé priložiť na brucho. Vopred namastiť pokožku.

153. Maternica – zápal (z prechladnutia)
Konopné alebo ľanové plátno navlhčiť čerešňovicou a priložiť ako obklad. Alebo navlhčiť bielym hroznovým vínom a posypať práškovým ďumbierom. Obklad na noc. Vyskúšané! Opakovať do zlepšenia stavu.

154. Mechúr zranený + krvavé močenie
- tlčené uhorkové semeno s vínom alebo mliekom, vypiť.Príprava: 2 pol. lyžice uhorkového semena + 3 dl červeného vína alebo mlieka-vypiť naraz.Prevzaté zo starých herbárov.
- varené listy a semeno skorocelu jesť alebo prášok z toho do pokrmu. (10 listov skorocelu alebo 1 lyžica semena - zjesť v nejakom pokrme).Prevzaté. Môže slúžiť ako doplnok terapie.

155. Menštruáciu tlmí
- slavikrv vláči varený v kyslom víne. Príprava: 3 dl vína, 1 lyžička slavikrvu, na 3 x vypiť pred jedlom počas 2 dní.

- pšeničné otruby uvarené v octe - prikladať.
- u detí - kúpeľ v odvare ovsenej slamy. 5 hrstí slamy na 2 l vody, 5 min. variť, kúpeľ trvá 10 min.

302. Prašivina mokvajúca na hlave
- čerstvé ihličie borievky rozdrviť, zmiešať so sladkou smotanou a natierať.

303. Prechladnutie
- na 1/2 l vody pridať 10 kvapiek gáfrového liehu - vypije sa za horúca, naraz, ale pomaly. Zlepšenie za 1/2 hod., keď sa to urobí hneď na začiatku.

304. Preľaknutie (stres)
- vypiť dobré víno alebo osladenú vodu.

305. Preležaniny
- natierať telo zriedeným liehom (prevencia).
- dať pod posteľnú plachtu srnčiu kožu hore chlpmi (prevencia).
- natierať telo rozrezaným citrónom (prevencia).
- natierať kožu výživným kozmetickým krémom (prevencia).
- obklady z odvaru šalvie 1/2 l vody, 3 lyžice šalvie (liečba).

306. Priedušky
- inhalácia nad záparom z mäty piepornej.
- na žeravé uhlie vhodiť cukor a vdychovať. Vyskúšané.
- upražiť na masle chren do ružova, pridať med, zjesť a zapiť čajom.
- pri zápale - obklad zo záparu šalvie. Na 1/2 l vody 2 lyžice šalvie. Obklad teplý na noc.

307. Priedušky - odhlieňovanie, najmä u malých detí
- každý druhý deň (pre postupné odhlieňovanie) obklad: na ľanovú tkaninu natrieť vajce, rozšľahané s trochou mlieka. Navrch suché.

308. Priedušky - chronický zápal
- asi 2 týždne piť zápar z majoránky. Na 3 dl vody 1 malú lyžičku byliny a súčasne 5 nocí obklad na priedušky alebo chodidlá nôh z bravčovej masti.
- zápar z mladých výhonkov borievky obyčajnej - 1 čajová lyž. na 3 dl vody. Cez deň vypiť na 3 x, užívať 2 týždne.

309. Priedušky - vyčistenie od usadených hlienov
- najskôr treba piť denne ráno na lačno 1 šálku čaju z odvaru z kvetu bazy čiernej + 1/2 žĺtka a trochu medu. Vypiť naraz 1 hod.pred raňajkami.Na noc dať ešte obklad z toho istého odvaru, len silnejšieho. Na 3 dl vody 3 rovné lyžice kvetu (bez medu a žĺtka). Handra má byť konopná, alebo ľanová a obklad má byť položený do tvaru písmena V. Na mokrý obklad treba dať vždy obklad suchý. Po 1 týždni užívania sa hlieny odvlhčia. Potom ešte treba na noc rozotrieť 1 strúčik cesnaku s bravčovou masťou, natrieť na handričku, priložiť na chodidlá. Toľko nocí, koľkokrát sme pili čaj.Po tejto kúre sa priedušky vlhkým kašľom vyčistia. Aby sa ďalšie hlieny neusadili na prieduškách, treba doplniť vitamín A + E, ktoré budujú dobrú sliznicu v prieduškách, viď č. 260. U malých detí treba dávku znížiť až na tretinu.Tiež cesnak na polovičku.Toto mnohokrát pomôže aj astmatikom. Niekedy, keď to nie je zastarané, môžu sa obklady vynechať.

310. Prietrž u detí - pruh
- bioterapeut môže prietrž sceliť energiou + obklady z odvaru z alchemilky obyčajnej, na 3 dl vody 1 polievkovú lyžicu byliny. CCa 5 nocí. Vyskúšané!

289. Poštípanie hadom
- rozstrúhaný cesnak ako obklad a zároveň ho aj jesť. Historické. Prevzaté zo starých herbárov.

290. Potencia prílišná
- 15 g koreňa valeriány, 30 g chmeľovej šiltice, spolu zmiešať. Pripraviť zápar z 1 malej lyžičky zmesi,1 hrnček vody. Vypiť pred spaním.

291. Potenciu zvyšuje
- 2 g vanilky 2-3 x denne. Spráškovanú vanilku zmiešať s glukopurom v pomere 1 : 1 a takto užívať 1 týždeň.

- tinktúra z nezrelých vlašských orechov, užívať 2 x denne 15 kvapiek, 1 týždeň.

292. Potenie nôh
- 1/4 kg dubovej kôry variť 10 min. v 5 l vody - kúpeľ nôh 1 x denne, dospelí 20 min., deti 10 min. vo vlažnom odvare. Do zlepšenia. Príčinou potenia môže byť aj ochorenie ľadvín. Treba ich dať vyšetriť.

293. Potenie rúk
- 1 hrsť dubovej kôry variť pol hodiny v 2 l vody, vo vychladnutom kúpať ruky 10 min.denne do zlepšenia, cca 5 dní.

- 20 g listov šalvie lekárskej povariť 5 min. v 3/4 l vody, odstaviť a po pol.hodine zliať - robiť kúpele rúk. 10 min. denne cca 5 dní.

- potierať šťavou z pastierskej kapsičky.

294. Potenie privodí
- čerstvé brezové listie dať v hrubej vrstve na telo a zabaliť sa do vlnenej prikrývky na 2 hod.

295. Potrat
- proti nemu - po 4. mesiaci tehotenstva 1 x denne odvar z alchemilky obyčajnej.1 čajová lyžička na 2 dl vody.

296. Pôrod, aby nebol ťažký
- 4 týždne pred ním šálku odvaru z 1 malej lyžičky železníka lekárskeho. Piť denne pred spaním,tak isto z alchemilky obyčajnej.

- niekoľko týždňov pred pôrodom rodidlá zvonku natierať husacou alebo slepačou masťou. Prevzaté.

297. Pôrodu napomáha
- vypiť varené semeno paštrnáka vo víne, počas pôrodu. Na 1/2 l vína 1/2 lyžice semena, variť 5 minút.

298. Pôrod meškajúci
- urýchli práškovaná škorica vo víne - na 1 dl vína na hrot noža škorice. Prevzaté.

399. Pôrod ťažký
- dať piť teplé víno alebo pivo s troškou škorice. Možno dať iba pri skutočnej slabosti. Pri plnokrvnosti alebo zápaloch je to nebezpečné. To isté platí u vyššie uvedeného receptu. Prevzaté zo starých herbárov.

300. Prasknutá koža pod prstami na nohách
- kúpeľ nôh v odvare z orechových listov. Na 1 l vody 4 celé suché alebo čerstvé listy. Do zlepšenia.

301. Prašivina (všetky kožné ochorenia)
- v prvom rade doplniť vitamíny A + E. 5 týždňov. Recept č. 260.

- odvar z brezových listov - umývať. Na 4 dl vody 2 pol. lyžice.

- naparenie nad dubovým listom (1 l vody + 15 dubových listov, 3 min. variť, naparenie 1 krát denne počas 2 dní).

156. Menštruácia dlhotrvajúca
- 10 g dubovej kôry, 15 min. variť v 1/4 l vody- denne vypiť na 3 x pred jedlom, počas 2 dní.

157. Menštruácia zastavená
- slabý odvar materinej dúšky (4 dl vody + 1 lyžička materinej dúšky, vypiť na 3 krát pred jedlom cez deň).

158. Menštruácia zastavená z prechladnutia
- horúci obklad z odvaru z vratiča na podbruško (1/2 l vody + 4 lyžice vratiča). Obklad dať na celú noc. Vnútorne sa neužíva,lebo je toxický.

159. Menštruácia príliš silná
- piť odvar z pľúcnika lekárskeho v bielom víne (3 dl bieleho vína + 1 lyžica pľúcnika, vypiť na 3 krát pred jedlom, počas 2 dní).

- na lačno jesť spráškovaný pamajorán + glukopur v pomere 1:2. Užívať 2 krát denne pol kávovej lyžičky. Užívať 2 dni.

160. Migréna
- pijavý papier namočený v octe, posypaný čiernym korením, priložiť na hlavu a sluchy len na 1 hod. a pokožku potom namastiť. Prevzaté.

- 1 : 2 slivovica a rybí olej, poliať tým ľanovú alebo konopnú handričku a priložiť. Dať na to igelit. Podľa potreby opakovať.

- 7 dl pohár na zaváranie sa naplní mladými výhonkami zo smreku, pridá sa 1/2 dl bieleho vína a 1 malá lyžička soli a obsah sa zaleje doplna ALPOU. Dobre uzavrieť a nechať 3 týždne vylúhovať. Na migrénu, bolesti zubov,ischias a trojklanný nerv- aj natrieť, aj obklad.

161. Mihanie pred očami
- ~~studené obklady na tvár a chrbát.~~

162. Mlieko zrazené pri zápale prsníka
- uvoľní obklad z postrúhaného zeleru na celú noc.

- ~~jesť šošovicu varenú v posolenej vode.~~

163. Moč, kto nemôže udržať po prechladnutí mechúra
- sedacie kúpele slané - 1 hrsť soli do kúpeľa a naparenie nad prasličkou 1/4 hodiny, 1 krát denne. Opakovať 2 dni (2 l vody + 3 lyžice prasličky).

164. Moč vyháňa - pri rezáku (bolestivé močenie)
- semeno kôpru varené vo víne (3 dl vína + 1 lyžica semena kôpru, vypiť na 2 krát, opakovať 2 dni).

165. Moč vyháňa a menštruáciu privolá
- kvet paliny pravej s rascou varený vo víne. Na pol litra červeného vína, 1 lyžička paliny pravej a 1/2 lyžičky rasce, vypiť na 3 krát, užívať 1 deň, jednorázovo.

166. Močenie s krvou (prechladnutie, zápal)
- čaj z kôry broskyne alebo kvet nechtíka lekárskeho, vareného vo víne. Príprava: na pol litra vody 1 lyžica broskyňovej kôry (z trojročného omladu), variť 8 min., vypiť cez deň 3 krát po jedle - podľa potreby.

- 3 dl bieleho vína + 1 lyžicu nechtíka variť 3 minúty, vypiť cez deň na 3 krát, pred jedlom. Do zlepšenia stavu.

167. Pomočovanie
- Odvar z ľubovníka bodkovaného, na 2 dl vody 1 lyžička ľubovníka, vypiť na 3 krát pred jedlom, čas

užívania podľa potreby. Odvar vždy čerstvý, zlatožltý!

168. Močopudne pôsobí

- upražiť na masle rozdrvený chren, teplý obklad na podbruško.
- jesť uvarenú cibuľu.

169. Močenie do postele u detí

- môže byť aj z patogénnej zóny. Niekedy stačí položiť pod posteľku zrkadlo obrátené lesklou stranou dole. Kov na zrkadlo zachytí žiarenie zo spodných vôd, ktoré oslabuje zvierač mechúra. Zrkadlo po jednom týždni treba dať vyvetrať von - vymeniť za iné. Použité dať stojmo medzi okná, otočené lesklým von.Toto stále opakovať každý týždeň.

170. Mor – jedy v tele

- v 4 dl červeného vína uvariť 2 lyžice koreňa nátržníka husieho, vypiť cez deň na 3 krát pred jedlom, opakovať 5 dní. Keď je horúčka, variť vo vode. Historické.

171. Morovú nákazu zaháňa

- všetko, čo je na borovici: živica, suchý koreň, čerstvé a zrelé semená alebo halúzky. Zapáliť a dym zaháňa nákazu. Historické.
- rozpáliť tehlu,liať na ňu ocot a výparmi naplniť dom.
- okiadzať sa klinčekami, jesť ich, alebo umývať si ruky a tvár octom, v ktorom sa máčali klinčeky (silný dezinfekčný účinok).
- jesť surovú cibuľu.

172. Mora, keď niekoho trápi

- 15 semien pivonky červenej rozdrviť, dať do medu alebo vína a vypiť.(1 dl vína), vypiť na 3 krát pred jedlom. Použiť jednorázovo. Historické, prevzaté zo starých herbárov.

173. Nádcha

- hodiť kadidlo na žeravé uhlie, výpary vdychovať a nos vyplachovať studenou vodou.
- hodiť ľanové semeno na žeravé uhlie a vdychovať.
- naparenie nad zemiakmi varenými v šupke.
- natrieť nos nechtíkovou masťou.

174. Nádcha v začiatkoch

- aspoň polťkanú vreckovku položiť cez tvár a dýchať cez to. Vyskúšané!
- strúčiky cesnaku zabaliť do vaty a vložiť do nosa na 1/2 hodiny.

175. Nádcha zastavená

- čelo potierať masťou z majoránky: jemne spráškovaná majoránka, 1 lyžica + 1 lyžica bravčová masť.

176. Nádcha zastavená - s bolesťami pri poklepe na čelo

- pri prechladnutí - vložiť do plátna alebo gázy roztlačený teplý zemiak, prikladať na dutiny čelné a lícne. Cez toto položiť teplý,suchý obklad, aby to neochladlo. Zemiaky meniť. Obklad má byť položený 3/4 - 1 hodinu a možno ho opakovať viackrát za deň.
- nahriať 1/2 kg soli na suchom pekáči a prikladať v plátennom vrecku na dutiny 2 x denne. Jednu soľ možno použiť len 2 krát, potom ju treba meniť.Soľ máme priloženú, kým neochladne, preto doporučujem tiež položiť navrch suché. Vyskúšané!
- potierať koreň nosa olejom z kvetu ľubovníka. Pozri recept č. 21.

277. Pomočovanie

- sedací kúpeľ v odvare z vratiča - kvitnúce vršky - vyskúšané!!! Na 1 l vody 3 vršky, kúpeľ dospelí 20 minút, deti 10 minút. Dobre teplý kúpeľ.Možno použiť pri nočnom pomočovaní u detí. Pomočovanie môže byť aj od žiarenia geopatogénnej zóny.

278. Popáleniny všetkých stupňov

- silný odvar z ruského čaju, 2 pol. lyžice variť niekoľko minút v 1 l vody, kúpať alebo obklady.
- obklad z kyslej kapusty alebo surového postrúhaného zemiaka, alebo natierať medom,nesmie však zaschnúť, musí sa to stále obnovovať.
- posypať sódou bikarbónou, alebo namočiť viackrát do smotany.
- ľanový olej a vápenná voda z lekárne 1:1 - obklad.
- pri ťažkej popálenine obklad s hrubým náterom čistého včelieho vosku.
- surové postrúhané zemiaky rozmiešať s potlčenou kriedou a ľanovým olejom - prikladať.

279. Popálenina od slnka

- natierať smotanou alebo zriedenou slabou octovou vodou.

280. Popukané ruky

- 4 lyžičky masla a 1 lyžičku medu zmiešať a natierať.

281. Popukané ruky a nohy

- umývať v mlieku so záparom rumančeka zmiešanom. Na 3 dl vody 1 polievková lyžica rumančeka.

282. Poranenia vnútorné aj vonkajšie

- piť alchemilku obyčajnú, alebo dávať obklady z jej odvaru.

283. Porazené údy (následok mozgovej príhody)

- natierať levandulovým olejom.

284. Pokrčené a stiahnuté údy

- palinu obyčajnú s rascou a repíkom uvariť v bielom víne a napariť alebo kúpať sa v odvare. Na naparenie - 1 liter vína, 2 pol.lyžice paliny občajnej, 2 pol.lyžice repíka,1/2 malej lyžičky rasce, 4 minúty variť. Naparovať, pokiaľ sa parí (prihrievať). Deti 10 minút, dospelí 15 - 20 minút.

285. Porážka (mozgová príhoda)

- naparovať sa nad odvarom z fazuľového struku, rumančeka a čistca. Náparka - 1 l vody,1 hrsť fazuľových strukov,2 pol. lyžice harmančeka, 2 pol.lyžice čistca. Fazuľ.struky variť prvé - 4 min. variť, potom čistec 2 min. variť, nakoniec rumanček - len zapariť.Naparovať sa nad tým 10 minút. Najviac 10 dní. Je to vyskúšané a výborné. Pri kašľaní sa môže objaviť krv,netreba sa zľaknúť. Ako doplnok liečby.

286. Porážka jednostranná

- šalviový odvar piť ráno a večer a natierať aj údy. Odvar na deň - 3 dl vody, 1 malá lyžička šalvie, variť odokryté 3 min. - vypiť na 3 x po jedle. Užívať cca 7 dní.

287. Proti porážke (prevencia)

- ráno na lačno užívať niekoľko horčicových semien. Prevzaté.
- pustiť krv z nosa pomocou žihľavovej šťavy alebo šnupnutím tabaku.

288. Postieľku po pôrode vypudí

- kvet, vňať a byľ nechtíka spáliť a napariť sa nad tým. Prevzaté.
- palina obyčajná - teplý obklad z odvaru na podbruško. Na 1/2 l vody 5 lyžíc paliny. Historické. Prevzaté zo starých herbárov.

loze len vysušuje. Obklad nechajme pôsobiť 3 hodiny.

264. Plod pri pôrode pomáha vytlačiť

- vypitie vody,v ktorej sa varilo 4 - 5 kusov vajec na tvrdo. Dá sa vypiť žene, až keď už nemá síl na vytlačenie. Historické. Prevzaté zo starých herbárov.

265. Plodnosť u žien napomáha

- nohy kúpať v odvare z vratiča a materinej dúšky. Na 1 l vody 2 pol.lyžice vratiča a 2 pol. lyžice materinej dúšky. Kúpeľ 1 x denne 20 minút 3 dni pred menštruáciou.

266. Pľúca - na posilnenie

- piť 1 x denne 3 pol. lyžice vína s veronikou lekárskou po jedle, cca 10 dní. Na 1/2 l vína 1 pol. lyžica veroniky lekárskej. Macerácia.

267. Prasknuté päty

- zabaliť do tvarohu na 1 hodinu 1x denne a doplniť si vitamín A a E podľa receptu č.260.

268. Podagra (dna)

- na postihnuté miesto prikladať horúcu soľ,len čo ochladne, vymeniť.Jednu dávku soli možno použiť len 2 x, potom novú.

- pri chronických záchvatoch obklady z horúcej vody, potom zabaliť do suchého.

269. Pomliaždeniny - modriny

- obklad z bieleho hroznového vína - vyskúšané.

- obklad zo sparených listov betoniky lekárskej.

- obklad z čerstvej vňate ľubovníka bodkovaného.

- umývať odvarom z materinej dúšky.

- 3 lyžice soli do pohára vody, pridať 3 lyžice octu, dávať obklady - opakovať viackrát.

270. Pohrudnica - zápal

- listy kapusty zohriať na horúcej tehle, aby zmäkli, pomastiť masťou alebo slepačím tukom, posypať mletou rascou a teplé prikladať okolo hrudníka. Ako doplnok terapie.

271. Pohryznutie besným psom

- obklad z utlčenej čerstvej mäty so soľou. Historické, prevzaté zo starých herbárov.

272. Pohryznutie psom alebo hadom

- umývať v hypermangáne. Historické.

273. Pohryznutie psom

- uhorkové listy, vo víne varené - obklad. (historické, zo starých herbárov)

274. Pohryznutie koňom

- priložiť rozžutú fazuľu. Historické, prevzaté zo starých herbárov.

275. Pokazený žalúdok

- keď zapácha dych - odvar z vňate paliny pravej vo víne. Na 1/2 l vína 1 pol.lyžica paliny pravej, vypiť na 3 x pred jedlom denne 1 dl, cca 5 dní Môže sa použiť aj palina obyčajná, 2 lyž. na 1/2 l vína.

- obyčajne treba dať žalúdok na miesto, pozri recept na padnutý žalúdok.

276. Polyp v nose

- na prášok roztlčený sladičový koreň vkladať do nosa.

[illegible]

- po vyhriatí soľou natierať tvár - duliny pálenkou, v ktorej sa vylúhovalo pár koliesok chrenu.Pleť potom ošetriť krémom. Vyskúšané!

178. Nádory nezhubné

- obklady z ľanového semena vareného v mlieku. Prevzaté.

179. Nádor vnútorný

- jačmenná múka alebo otruby s octom a maslom, vypracovať z toho cesto a prikladať obklady. Prevzaté.

- zhubný - (ako doplnok terapie po konzultácii s lekárom), čerstvý postrúhaný kaleráb, dusený na masle, teplý priložiť na choré miesto ako placku. Ku tomu treba 6 týždňov piť čaj z myšieho chvosta. 1 malá lyžička byliny, 3 dl vody, 2 min. variť. Túto dávku vypiť na 3 razy cez deň po jedle.

180. Nádor na prsníku (nezhubný)

- koreň bielej ľalie variť v kozej srvátke - obklad. Prevzaté.

181. Nádor vonkajší

- praslička naparená na sitku nad vriacou vodou (pozor, nie variť!).Teplú vňať prikladať,prekryť suchým,nechať až kým nevychladne.

182. Nadúvanie - čkanie

- zastaví aniz uvarený vo víne alebo vo vode, piť, alebo z tohto odvaru obklad na žalúdok.

183. Náruživosť u žien znižuje

- odvar alebo prášok z koreňa archangeliky lekárskej užitý v bielom víne. Vylúhovať - 1 lyžica na 1/2 l vína, vylúhovať 8 hodín, vypiť na 3 razy cez deň alebo užiť na hrot noža prášku - jednorázovo. U mužov - vŕbové listy, spráškované do nápoja (1 lyžička) alebo palina pravá varená vo víne,na 2 dl vína,1 zarovnaná lyžička paliny alebo prášok na hrot noža - jednorázovo.

184. Nedokrvenosť končatín

- naparenie končatín nad odvarom zo sennej mrvy, na 1 liter vody, 4 hrste mrvy. Končatiny striedavo ponárať do studenej a teplej vody.

185. Nechuť k jedlu

- (pre dospelých) 2 hrianky zo žemle posypať po oboch stranách škoricou, potom naliať na panvu dobrého starého vína, dať na to hrianky a variť, až kým víno nevyvrie a hrianky nesčernejú. Potom jednu až 2 zjesť.

- uvariť vo vode rozmarín, pomiešať 1:1 s vínom a máčať do toho chlieb. Na 2 dl vody, 1/2 lyžičky rozmarínu. 2 x denne.

186. Nechuť k jedlu u ťarchavých

- medzi jedlom vypiť pohárik šampanského alebo lyžicu koňaku v poháriku vody.

187. Nervy poranené a pomliaždené

- obklad z bôbovej múky a octu spracovať na cesto.

188. Nespavosť

- cibuľu pokrájať na kúsky, poliať pálenkou, nechať to stáť 10 dní v teple, precediť, pridať do toho uvarený cukrový sirup. Večer 1 - 3 kávové lyžičky.

- kúpeľ nôh v teplej slanej vode pred spaním.

- studená voda 2 diely a ocot 1 diel, namočiť do toho bavlnené pančuchy, natiahnuť na nohy, obviazať vlnenou šatkou a ľahnúť na 1 - 2 hod. do postele. Ak pacient zaspí, má si to po zobudení vyzliecť.

- 5 - 6 makovičiek vlčieho maku uvariť v 3 dl vody, obklad z toho na čelo

- obklad na čelo z kvetov bazy čerstvých alebo suchých v plátennom vrecku. (nie z odvaru).

189. Nevoľnosť
- po šunke,párkoch,saláme,hubách - 1/2 l vody, 2 1/2 lyžičky dub. kôry, 1/2 citróna, 1 malá lyžička petržlenu, 8 min. variť, potom vypiť (páter Ferda).

190. Nízky tlak
- 3 x denne požuvať pár lístkov rozmarínu.
- viac soliť, lebo to obyčajne pochádza z nedostatku sodíka, pri slabom žalúdku.

191. Nočné potenie
- pohár mlieka + 1 lyžica koňaku, vypiť pred spaním.

192. Nohy boľavé
- šľapy máčať v odvare z ovsa. Na 1 l vody 5 lyžíc ovsa. Kúpeľ 20 minút.

193. Nohy opuchnuté
- obklad na nohy z ľanovej látky, namočený do vlastného moču.

194. Nohy unavené
- kúpeľ v odvare repíka alebo paliny pravej. Na liter vody 3 pol.lyžice paliny, na liter vody 4 pol. lyžice repíka.Kúpeľ by mal byť 2 min. (teplý).

195. Nohy opuchnuté
- rozohriať dubovú dosku a postaviť sa na ňu, kým neochladne. Prevzaté.
- prikladať teplé suché pšeničné otruby.

196. Nohy páchnuce
- vložiť mach, čo rastie na zemi, do topánok a preliečiť si ľadviny urologickým čajom, aspoň 2 týždne. Historické, prevzaté.

197. Nos upchatý
- sa uvoľní srkaním teplého záparu z majoranky.

198. Nosné mandle
- figy sušené rozotreté a dobre vymiešané priložiť ako náplasť na nos. Zmäkčuje.

199. Nové tkanivo v rane narastie
- zasýpať usušeným, spráškovaným semenom tekvice. (Koloidná jazva)

200. Oči slabé
- umývať odvarom z jačmeňa. Na 1/2 l vody 2 pol.lyžice jačmeňa, 5 min. variť, teplým umývať 2 - 3 krát denne.

201. Oči zapálené
- priložiť šupu z plodu tekvice.
- obklad z teplého bieleho vina na 10 min.
- obklad zo slivovice na 2 min. Potom ošetriť aj bravčovou masťou. Vyskúšané.

202. Oči slabé, karpavé, zapálené
- obklad z prevarených jabĺk.

203. Oči krvavé
- obklad z odvaru z paliny pravej (slabý).

204. Oči - šedý zákal
- obklad z lístkov ruského čaju, teplý na 10 min., aj piť čaj.

255. Pečeň - zapríčiňujúca vodnatieľku
- koreň pastináku usušiť, rozdrviť a užívať s medom.1 malá lyžička pastináku + 1 malá lyžička medu. Pri opuchoch brucha užívať 1 x denne, 2 týždne. Ako doplnok liečby.
- listy kopytníka macerovať vo víne - piť teplé. Na 1/2 l vína l malú lyžičku kopytníka macerovať celú noc. Dávka je na 3 dni. Prihriať. Kúra trvá 6 dní, 2 dávky. Pôsobí močopudne.
- koreň špargle, varený vo víne. Na 1/2 l vína 2 lyžice postrúhaného koreňa. Užiť cca 2 dávky, 8 dní, 1 x denne. Uvedená dávka je na 4 dni, kúra trvá 8 dní.

256. Pehy a škvrny
- zmiešať škoricu s medom a natierať.
- octový výťažok z chrenu - natierať.
- hrsť rozkrájaného koreňa petržlenu sa poleje 1 litrom vody a nechá stáť 1 týždeň na slnku, dobre prikryté - natierať viac týždňov pred spaním.
- umývať slanou vodou.
- do 1 litra mlieka pridať 1 lyžičku pálenky, lyžičku cukru, všetko pár minút povariť. Po ochladnutí pridať šťavu z 1 citróna. Natierať.

257. Pery popukané
- bravčovú masť zmiešať s práškom z listov bazalky pravej a natierať.

258. Pery a ruky popukané
- zohriať sladkú smotanu, až vyzerá ako maslo - 2 x denne natierať.

259. Piesok v moči
- čaj z vňate zeleru - 4 dl vody, 1 pol. lyžica vňate zeleru, 4 min. variť, vypiť cez deň na 3 x po jedle, každý 2-hý deň 3 týždne.Obklad na obličky alebo mechúr podľa toho, kde sa piesok nachádza, cca 5 nocí. Na 4 dl vody 2 pol. lyžice postrúhaného koreňa zeleru, 4 min. variť, zmes natrieť na plátno a priložiť každú druhú noc. Keby sa obklad a čaj dával každý deň, vylučovanie by bolo príliš prudké, mohol by piesok narušiť a poškodiť sliznicu močovodu.

260. Pigment - strata
- javí sa, že je to z nedostatku vitamínu A a E,treba doplniť. E vitamín jedávať len každý 5-ty deň v prírodzenej forme, A vitamín každý deň niečo s ním, cca 5 týždňov. A - listová zelenina, fazuľa, mrkva, marhule, rajčiaky, hrach, zeler, maslo, mlieko, olej z rybacej pečene. E - orechy, semená - mak, hrach, sója, jedlé oleje lisované za studena.

261. Pichanie v boku
- v chrbáte - v krížoch - obklady z nastrúhaného chrenu,keď miesto sčervenie, odložiť. Ak vznikne na mieste pluzgier, treba ho ošetriť ako popáleninu. Je to účel liečby, aby škodlivina vyšla na povrch.
- pšeničné otruby pokropiť octom a zohriate prikladať.
- obklad z uvareného semena ľanu, teplý, prikladať na konôpnom alebo ľanovom plátne.
- priložiť kapustný list, ktorý sme predtým ponorili do horúcej vody, aby zmäkol, potrieť ho maslom alebo slepačím tukom, posypať rozpráškovanou rascou a teplý priložiť.

262. Pleseň kožná
- vodný roztok z kamenca - 1 malá lyžička na 3 dl vody - kúpele.

263. Plešatosť
- vtierať čistú šťavu z cesnaku do pokožky alebo do dobrej pálenky sa dá vylúhovať cibuľa nakrájaná na rezy a nechá sa to cez noc prikryté. Natierať, aj obklady. Sčervenanie kože nie je na závadu, pretože sa jedná o prekrvenie, ktoré je užitočné pre výživu vlasového lôžka. Šťavu necháme póso-

246. Pásomnica

- skoro ráno jesť olúpané jadierka z uhorky alebo veľa jahôd.
- 4 dni po sebe, večer namočiť do vody 2 pol. lyžice celého maku. Ráno na lačno 1 hodinu pred raňajkami ho zjesť, ale pred jeho zjedením treba vypiť za pohárik koňaku alebo borovičky, potom zjesť mak. Vyskúšané.
- kto nemôže jesť mak, môže si z jeho odvaru urobiť obklad. Na 7 dl vody 7 pol. lyžic maku, 8 min. variť. Do odvaru namočiť handru, priložiť teplé na celé brucho. Opakovať 4 noci.

247. Pečeň zväčšená

- vinové obklady z portugalu (víno).

248. Pečeň - zápal

- obklad z utlčených malinových listov na pečeň. Obklad odníma horúčku.
- do odvaru zo šošovice namočiť kúdeľ alebo ľanové plátno a prikladať.
- listy malinové ako obklad sa dávajú dovtedy, kým schnú.
- obklady z odvaru z vňate čakanky. Na 1/2 l vody, 2 pol.lyžice koreňa, 10 min. variť.

249. Pečeň opuchnutá

- ľanové semeno, varené vo vode a oleji - obklad. Na 1/2 l vody 3 pol.lyžice semena a 1 pol. lyžica oleja. 10 min. variť.

250. Pečeň, chronická porucha

- natierať teplým olivovým olejom a k tomu užiť polievkovú lyžicu oleja. Po porade s lekárom! (porucha funkcie spôsobená žlčovými kamienkami).

251. Pečeň, keď nepracuje

- piť čaj z betoniky lekárskej, alebo obklady z nej. Na 3 dl vody l malá lyžička čaju, na pitie. Na obklad 4 dl vody, 4 pol. lyžice betoniky,čaj sa pije 2-3 týždne, obklad cca 5 nocí, pretože 1 obklad má taký účinok,ako pitie čaju celý týždeň. Odvar je vtedy oveľa silnejší.
- obklad z prostějovskej staroreżnej s vodou 1:1 na noc.
- práškovaný žlzý horec vo víne. Zapiť prášok, alebo ho zamiešať. Na hrot noža do 1 dl vína.

252. Pečeň, keď zle pracuje

- čaj z koreňa púpavy lekárskej. Na 3 dl vody 1 pol.lyžicu. Na 3 x vypiť pred jedlom, 2 týždne. Vínny odvar tlšlice tŕnistej. Na 1/2 l vína 1 pol. lyžicu koreňa. 5 min. variť. Na 3 x vypiť pred jedlom cez deň. Kúra 2 týždne.
- piť čaj zo skorocelu (všetky druhy) a jesť veľa tvarohu. Na 3 dl vody 1 malú lyžičku čaju. Vypiť na 3 x pred jedlom. Piť 2 týždne.

253. Pečeň čistí

- kúpeľ nôh 20 minútový v odvare z dubovej kôry. 5 - 6 dní. Na 7 dl vody, 2 pol. lyžice kôry, 1/4 hod. variť. Odvar sa pripraví vždy čerstvý.
- obklad na pečeň z odvaru z dubovej kôry. Dávka ako u kúpeľa. U veľmi preliekovanej pečene postačí 10 obkladov. Celú noc obklad. Ak treba čistenie po čase opakovať, potom sa použije obklad zo šalvie lekárskej. 4 - 5 lyžic byliny na 1 l vody, 5 minút variť.
- čakanka - 1 byľ s kvetom - dávka na 1 liter bieleho vína, vylúhovať 8-10 dní.Užívať ráno a večer 0.5 dl.

254. Pečeň, keď tvrdne

- listy kopytníka europského máčané cez noc vo víne, ráno vypiť teplé. Na 1/2 l vína 1 polievková lyžica. Vypiť 1 dl pred jedlom, 1 x denne. Kúra trvá 2 týždne.

205. Oči posilňuje

- jedávať často čučoriedky.

206. Oči, beľmo

- v začiatkoch - oči najprv vymyť vodou z pútnického miesta, potom kvapnúť trochu tekutého medu. Historické. Prevzaté.

207. Očný zápal

- obklad z odvaru listu vlašského orecha, 3 dl vody,1 lístok z orecha čerstvý alebo sušený.

208. Obrna údov

- plátno položiť na noc do mraveniska, potom do neho zabaliť ochrnutý úd na 1/2 hod. Natierať gáfrovým olejom a rozcvičovať. Overené.
- rozotrieť väčšiu dávku chrenu, zabaliť do plátna, polľkať vodou a prikladať na postihnuté miesta. Keby miesto očervenelo, dať studený obklad.Overené.

209. Ochrnutie údov po viacnásobnom prechladnutí

- do pálenky namočiť konopný uterák - nežmýkať, len nechať odtiecť, zabaliť do toho údy - 5 krát denne po 14 dní. Po 14 dňoch rozmiešať pálenku s masťou a robiť jemnú, ale rýchlu masáž 5 x denne. 19 ročný pacient bol ochrnutý 2 roky úplne. Po tejto kúre chodil do 70 rokov. (podľa bylinkárky z Kopernic).

210. Ochrnutie po porážke

- piť odvar zo zemežlče. Na 3 dl vody 1/2 malej lyžičky, cca 2 týždne.

211. Ochromenie údov

- oviazať zajačou kožušinou, alebo trieť vlnenou látkou (zahrievať).

212. Ochromenie jazyka

- žuje sa koreň bedrovníka.

213. Oko udreté

- obklad z bieleho vína.

214. Oko zapálené - jačmeň

- obklad tvaroh + mlieko, každé 2 hod.

215. Oko zapálené

- pšeničný chlieb namočený do studenej vody - obklad (pre citlivých do teplej).
- vymývať oči viackrát čajom z očianky Rostkovovej, na 1/2 l vody 1 pol. lyžicu, nechať prejsť varom.

216. Oko zaprášené vápnom

- vymyť cukrovou vodou.

217. Omrzliny

- denne umývať omrzlinu v horúcom odvare z orechových listov. 1 l vody + 4 celé listy orecha.
- kúpele v odvare zo šošovice.
- 4 cibule rozrezať na kúsky, nasypať 2 pol. lyžice soli, nechať to pár hodín stáť. Potom touto šťavou natierať a nechať to uschnúť v teple.
- vyčistenú uhorku od jadierok, vyvrátenú v čase zberu, dáme vysušiť a odložíme.V prípade bolesti dať uhorku do teplej vody a prikladať ju,kým sa to nezahojí.
- umývať vlastným močom. Odstráni to svrbenie a pálenie.
- rybí tuk + krieda, natrieť a posypať, alebo urobiť z toho kašu a natrieť.

- vylopiť slaninku a do masti z nej pridať pár kvapiek arnikovej tinktúry. Natierať. Arniku môže nahradiť nechtík lekársky.
- jedľové ihličie, 3 lyžice na 1 l vody, variť 2 - 3 hod., precediť a v odvare kúpať 3 x denne, 10 - 15 min.
- keď svrbia - kúpeľ v odvare zo zemiakových šupiek - nechemizovaných.

218. Omladzovací čaj
- veľmi slabý čaj z kvetu alchemilky, na 3 dl vody 1/2 malej lyžičky byliny. Upevňuje prsia u žien a osviežuje starcov.

219. Opálenina na výfuku motorky
- hoji sa veľmi ťažko. Obklad z kvetu bielej ľalie namočenej v olivovom oleji. (Ľalia máčaná v oleji mesiac alebo aj trvalo).

220. Opilosť
- dať vypiť silnú čiernu kávu alebo sladké mlieko. Tiež propolisová tinktúra - 6 kvapiek na 1 dl vody. Vypiť jednorázovo.

221. Opilosti zabráni
- piť na lačno odvar z paliny pravej, na 3 dl vody, 1/2 malej lyžičky byliny. Jednorázovo.

222. Opuchy
- odvar octový z koreňa ihlice tŕnistej. Na 3 dl octu 1 pol.lyžicu koreňa, 5 min. variť, obklad.
- dym zo spálenej mäty vodnej (ľud. názov konskej, ktorá rastie pri potokoch), púšťať na opuch.

223. Opuch celkový
- baliť do upraženého ovsa,1 x denne, opakovať, kým sa opuch nestratí. Nemocný sa od toho potí.
- uvariť koreň bazy čiernej, na 1/2 l vody 1 pol. lyžicu koreňa, odvarom umývať celé telo.

224. Opuch členka
- keď je opuch okolo členka ako venček a po žiadnom lieku neodpuchne, ide obyčajne o čiastočné vykĺbenie. Treba to dať napraviť a potom sa už dolieči.

225. Opuch prsníkov
- hrsť rumančeka pravého spariť v 1/2 l vody a prikladať teplé.

226. Opuch na pohl.údoch
- jačmenné otruby zmiešiť s octom a maslom na cesto a prikladať.

227. Opuchy tvrdé
- aj vnútorné zmäkčuje - ľanové semeno s olejom, medom a vodou. 6 pol. lyžic semena,1 pol. lyžica oleja, 1 pol. lyžica medu a 1 1/2 l vody 10 min. variť.

228. Opuchy horúce
- pastiersku kapsičku rozdrviť, zmiešať s octom a prikladať, letné.

229. Opuch následkom vodnatieľky
- borievky rozdrviť, zaliať olejom, 10 dní nechať stáť. - Mazadlo.
- olej borievky s lojom zmiešať a použiť ako mazadlo. Olej sa môže pridávať aj do kúpeľa.

230. Oslabnutie nôh a rúk
- 4 čajové šálky olivového oleja, 2 pol. lyžice gáfru, 2 pol. lyžice mentolu spolu vymiešať. Natierať s tým ruky a nohy.

231. Ospalosť
- piť varené víno s klinčekmi. Na 1/2 l 5 - 6 klinčekov, 3 x denne 1 dl. Variť 10 minút.

232. Osýpky
- uvarené figy dať do nápoja a do šošovicovej polievky pridať semeno repy. 2 diely vody a 1 diel liehu - natierať telo.

233. Osýpky, keď nemôžu vyraziť
- pri zachladení - z čerstvého kyslého mlieka urobiť tvaroh a do teplého tvarohu zabaliť, najdlhšie na 1 hod. Navrch suchý zábal.

234. Otlačené nohy
- pečená cibuľa na chodidlá na noc ako obklad.
- natierať šťavou z cibule zmiešanou so slepačím tukom.

235. Otravy - rôzne
- užiť odvar z dubovej kôry v mlieku. 1/2 malej lyžičky práškovej kôry, na 2 dl mlieka. Kôru variť 1/4hod. v 1dcl vody, potom pridať mlieko, (mlieko by kypelo). Toto množstvo užiť 2 x denne.

236. Otravy hubami
- 1 x užiť odvar z červenej reďkovky, ako prvá pomoc.Vyvolá zvracanie.2 pol.lyžice olúpanej,postrúhanej reďkovky na 4 dl vody, variť 5 min.

237. Otrava krvi pri poranení
- umývať odvarom z listu červenej repy. 1/2 l vody, 2 listy.

238. Pád, pomliaždenie, odreniny
- odvar z betoniky,čakanky, myšieho chvosta a skorocelu v pive- piť (prevzaté).

239. Pach z úst
- zobrať studenú, pramenitú vodu (môže byť z pútnického miesta), dobre ju osoliť a po 3 dni ráno na lačno s ňou zjesť toľko ražného chleba, koľko človek vládze.

240. Páchnutie z úst od žalúdka
- vo víne variť palinu pravú (1/2 lyžičky na 2 dl) a citrónovú kôru. Citrón najprv dobre umyť v octovej vode alebo vo vode z pútnického miesta,lebo obidvoje sťahuje škodlivinu. Páchnutie býva obyčajne od padnutého žalúdka, treba urobiť diagnostiku, alebo postupovať podľa receptu č.459. Kôru variť 5 min., pridať palinu na 2 min. Spolu 5 min. vylúhovať.

241.Pakostnica (dna)
- koreň žihľavy varený v silnom víne - piť. Na 3 dl vína 1 pol.lyžicu koreňa,5 min. variť. Vypiť na 3 x po jedle. Kontrolovať laboratórne výsledky.

242. Palec na nohe zapálený
- 1 1/2 dl sladkého mlieka dať zohriať, pridať 1 malú lyžičku octu, aby sa to zrazilo - z toho potom obklad na 1 hodinu 1 krát denne. Vyskúšané.

243. Pamäť slabá
- 3 x do roka si prečistiť cievy čajom z rasce. Na 3 dl vody malá lyžička rasce, 8 minút variť. Čaj piť počas dňa po hltoch. 5 dní po sebe.

244. Pálenie záhy
- je vždy pri padnutom žalúdku. 4 dni po sebe vypiť ráno na lačno 3 dl veľmi teplej vody. Až o 1 hod. jesť.

245. Pankreas a žlčník posilňuje
- 1 bal. majoránky, 20 bobkových listov sprášková na el.kávovom mlynčeku, preosiať cez jemné sitko. Potom pridať 1 malú lyžičku práškového ďumbiera a 8 lyžíc glukopuru. Spolu zmiešať, dobre uzavrieť a užívať 2 x denne 1/2 malej lyžičky a zapiť. Môže sa užiť aj pri narušenom trávení. Mnohokrát vyskúšané. Pri dlhších problémoch so žlčníkom a pankreasom treba užívať aj 3 týždne.